

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.01.25



Согласовано
Директор школы №

Ковалева С.А.

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,01 |
| Сыр порционнo | 13 | 47,0 | 3,0 | 3,8 | 0,0 | 0,0 |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200/5 | 205,0 | 5,3 | 7,0 | 30,0 | 3,0 |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,8 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,2 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 26 | 73,0 | 2,1 | 0,5 | 14,8 | 1,5 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 584,0 | 16,0 | 23,7 | 75,4 | 7,5 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 260 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,4 |
| Котлета куриная | 100 | 229,0 | 20,2 | 9,0 | 16,8 | 1,7 |
| Рожки отварные | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,8 |
| Икра кабачковая (доп.гарнир) | 30 | 23,0 | 0,4 | 1,4 | 2,3 | 0,2 |
| Компот из груш | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 43 | 120,4 | 3,4 | 0,8 | 24,6 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 788,4 | 40,2 | 20,6 | 110,9 | 11,1 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.01.25



Согласовано
Директор школы №

Молчанова
Новикова
Св

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,01 |
| Сыр порционнo | 20 | 71,0 | 4,6 | 5,8 | 0,0 | 0,0 |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200/5 | 205,0 | 5,3 | 7,0 | 30,0 | 3,0 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,3 |
| Я б л о к о | 1шт | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 48 | 134,4 | 3,8 | 0,9 | 27,4 | 2,7 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 643,4 | 16,9 | 23,3 | 90,8 | 9,1 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 260 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,4 |
| Котлета куриная | 100 | 229,0 | 20,2 | 9,0 | 16,8 | 1,7 |
| Рожки отварные | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,3 |
| Компот из груш | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 749,0 | 39,5 | 19,7 | 103,9 | 10,3 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Сдоба обыкновенная | 103 | 265,0 | 8,0 | 4,9 | 46,8 | 4,6 |
| Напиток овсяный 0,2 | 1шт | 100,0 | 2,0 | 1,0 | 22,0 | 2,2 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 365,0 | 10,0 | 5,9 | 68,8 | 6,8 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

67

НА 15.01.25

Согласовано
 Директор школы № *С.А.*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло шоколадное | 10 | 65,0 | 0,1 | 6,2 | 2,2 | 0,2 |
| Омлет натуральный | 150 | 202,0 | 13,9 | 14,7 | 3,4 | 0,3 |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир) | 30 | 12,0 | 0,9 | 0,1 | 2,0 | 0,2 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 1,0 |
| М а н д а р и н | 1шт | 43,0 | 1,0 | 0,2 | 9,2 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 435,0 | 18,2 | 21,8 | 41,4 | 4,1 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью | 25/15/250 | 100,0 | 9,5 | 0,8 | 13,7 | 1,3 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 224,0 | 9,0 | 11,7 | 20,5 | 2,0 |
| Огурцы консервированные (доп.гарнир) | 20 | 3,0 | 0,2 | 0,02 | 0,6 | 0,06 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,5 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 45 | 126,0 | 3,6 | 0,9 | 25,7 | 2,6 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 610,0 | 24,8 | 14,0 | 95,9 | 9,5 |

Инженер-технолог
 Горячкина Н Н *[Подпись]*

Калькулятор
 Малышева Г.А. *[Подпись]*

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 15.01.25



Согласовано
Директор школы № *СД*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло шоколадное | 10 | 65,0 | 0,1 | 6,2 | 2,2 | 0,2 |
| Омлет натуральный | 200 | 270,0 | 18,6 | 20,0 | 4,6 | 0,5 |
| Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир) | 30 | 12,0 | 0,9 | 0,1 | 2,0 | 0,2 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 1,0 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 488,0 | 22,7 | 27,1 | 39,1 | 3,9 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гренок, зеленью | 25/15/250 | 100,0 | 9,5 | 0,8 | 13,7 | 1,4 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 224,0 | 9,0 | 11,7 | 20,5 | 2,1 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,5 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,0 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 551,0 | 23,0 | 13,6 | 83,9 | 8,4 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Пирожок печеный сдобный с картофелем, луком | 85 | 197,2 | 4,8 | 6,1 | 23,7 | 2,4 |
| Кисломолочный напиток "Снежок" | 200 | 156,0 | 5,6 | 5,0 | 22,0 | 2,2 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 353,2 | 10,4 | 11,1 | 45,7 | 4,6 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

67

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Согласовано *Ковалев С.А.*
 Директор школы №

НА 16.01.25

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло сливочное | 15 | 99,0 | 0,1 | 10,9 | 0,2 | 0,02 |
| Каша молочная "Дружба" с маслом | 200/5 | 228,0 | 6,2 | 8,5 | 31,6 | 3,2 |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,8 |
| Какао с молоком | 200 | 124,0 | 3,6 | 3,0 | 20,8 | 2,1 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 42 | 118,0 | 3,4 | 0,8 | 24,0 | 2,4 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 644,0 | 16,1 | 26,4 | 84,6 | 8,5 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270 | 107,0 | 4,0 | 5,7 | 10,0 | 1,0 |
| Котлета рыбная | 100 | 208,0 | 13,0 | 10,5 | 15,5 | 1,5 |
| Пюре картофельное | 150 | 108,0 | 3,1 | 5,2 | 12,1 | 1,2 |
| Компот из яблок | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 30 | 64,0 | 2,2 | 0,4 | 12,9 | 1,3 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 42 | 118,0 | 3,4 | 0,8 | 24,0 | 2,4 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 663,0 | 25,9 | 22,8 | 88,4 | 8,8 |

Инженер-технолог
 Горячкина Н Н *Горячкина*

Калькулятор
 Малышева Г.А.

Малышева

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.01.25



Согласовано
Директор школы № 25

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-----------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 15 | 99,0 | 0,1 | 10,9 | 0,2 | 0,02 |
| Курица с булгуром | 200 | 305,0 | 13,6 | 10,0 | 40,2 | 4,0 |
| Какао с молоком | 200 | 124,0 | 3,6 | 3,0 | 20,8 | 2,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 46 | 129,0 | 3,7 | 0,9 | 26,2 | 2,6 |
| Стоимость рациона | | 657,0 | 21,0 | 24,8 | 87,4 | 8,7 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 270 | 107,0 | 4,0 | 5,7 | 10,0 | 1,0 |
| Котлета рыбная | 100 | 208,0 | 13,0 | 10,5 | 15,5 | 1,5 |
| Пюре картофельное | 180 | 130,0 | 3,8 | 6,3 | 14,5 | 1,5 |
| Компот из яблок | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | | 626,0 | 24,8 | 23,5 | 79,0 | 7,9 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Х а ч а п у р и | 70 | 227,0 | 9,0 | 10,6 | 19,5 | 1,9 |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,2 |
| Стоимость рациона | | 276,0 | 9,2 | 10,7 | 31,5 | 3,1 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

67

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 17.01.25

Согласовано *Масу, Пичаева*
 Директор школы № *С.А*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Бифштекс домашний | 90 | 217,0 | 8,1 | 13,4 | 15,9 | 1,6 |
| Вермишель отварная | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,8 |
| Пюре яблочное 1/125 | 1штг | 55,0 | 0,0 | 0,0 | 13,8 | 1,4 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 31 | 87,0 | 2,5 | 0,6 | 17,7 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 578,0 | 16,2 | 19,0 | 85,4 | 8,5 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной тушеной, зеленью | 260 | 82,0 | 3,1 | 4,2 | 7,8 | 0,8 |
| Филе куриное панированное | 100 | 296,0 | 24,0 | 16,7 | 12,4 | 1,2 |
| Рис отварной | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,9 |
| Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир) | 20 | 8,0 | 0,6 | 0,04 | 1,3 | 0,1 |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 0,0 | 13,2 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 31 | 66,0 | 2,2 | 0,4 | 13,4 | 1,3 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 40 | 112,0 | 3,2 | 0,8 | 22,9 | 2,3 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 835,0 | 37,8 | 28,4 | 99,5 | 9,9 |

Инженер-технолог
 Горячкина Н Н

Калькулятор
 Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 17.01.25



Согласовано
Директор школы №

Мельников

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Биточки "Школьные " | 100 | 257,0 | 16,5 | 17,1 | 9,3 | 0,9 |
| Вермишель отварная | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 55 | 154,0 | 4,4 | 1,1 | 31,5 | 3,2 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 664,0 | 27,6 | 24,0 | 84,4 | 8,4 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной тушеной, зеленью | 260 | 82,0 | 3,1 | 4,2 | 7,8 | 0,8 |
| Филе куриное панированное | 100 | 296,0 | 24,0 | 16,7 | 12,4 | 1,2 |
| Рис отварной | 180 | 220,0 | 4,4 | 7,5 | 33,7 | 3,4 |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 0,0 | 13,2 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 807,0 | 36,3 | 29,2 | 92,2 | 9,2 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Пирожок печёный сдобный с мясом, рисом | 70 | 194,0 | 8,5 | 9,3 | 18,9 | 1,9 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,5 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 298,0 | 9,2 | 9,6 | 43,5 | 4,4 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Горячкина

Калькулятор

Малышева Г.А.

Малышева

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

67

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.01.25

Согласовано
Директор школы №

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе | 100 | 163,0 | 17,7 | 9,0 | 2,7 | 0,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 296,0 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 4,4 |
| Напиток из облепихи | 200 | 60,0 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,5 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 32 | 90,0 | 2,6 | 0,6 | 18,3 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 609,0 | 30,5 | 10,4 | 80,1 | 8,0 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп с горохом, гречками, зеленью | 250/15 | 221,0 | 10,1 | 6,1 | 31,5 | 3,2 |
| Запеканка картофельная с мясом | 200 | 259,0 | 11,5 | 13,7 | 22,5 | 2,3 |
| Икра кабачковая (доп.гарнир) | 50 | 39,0 | 0,6 | 2,4 | 3,9 | 0,3 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 28 | 78,4 | 2,2 | 0,6 | 16,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 693,4 | 26,5 | 23,2 | 95,0 | 9,5 |
| Полдник 5-11 класс (льготный/платный) | | | | | | |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,2 |
| Печенье " Двойная радость " 1/50 | 1шт | 235,0 | 2,5 | 11,0 | 31,5 | 3,1 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 284,0 | 2,7 | 11,1 | 43,5 | 4,3 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

67

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.01.25

Согласовано
 Директор школы № 2
С.В. Ковалев

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло шоколадное | 10 | 65,0 | 0,1 | 6,2 | 2,2 | 0,2 |
| Каша молочная "Дружба " с маслом | 200/5 | 228,0 | 6,2 | 8,5 | 31,6 | 3,2 |
| Г р у ш а | 1шт | 90,0 | 0,8 | 0,6 | 20,1 | 2,0 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,2 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 24 | 58,0 | 1,7 | 0,6 | 12,0 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 559,0 | 11,5 | 17,8 | 88,4 | 8,8 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Рожки отварные | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,7 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0,0 | 0,0 | 28,0 | 2,8 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 34 | 82,0 | 2,4 | 0,8 | 17,0 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 719,0 | 23,9 | 20,9 | 109,3 | 10,9 |

Инженер-технолог
 Горячкина Н Н *Горячкина*

Калькулятор
 Малышева Г.А. *Малышева*

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.01.25

Согласовано
Директор школы № *Ковалева*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Бутерброд горячий с сыром | 45 | 173,0 | 7,2 | 11,0 | 11,5 | 1,2 |
| Каша молочная "Дружба" с маслом | 200/5 | 228,0 | 6,2 | 8,5 | 31,6 | 3,1 |
| Я б л о к о | 1штг | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,2 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 20 | 48,0 | 1,4 | 0,5 | 10,0 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 616,0 | 17,9 | 22,3 | 86,4 | 8,6 |
| Обед 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Рожки отварные | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,3 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0,0 | 0,0 | 28,0 | 2,8 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 20 | 48,0 | 1,4 | 0,5 | 10,0 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 719,0 | 24,0 | 21,4 | 107,9 | 10,8 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Кисломолочный напиток "Снежок" | 204 | 159,0 | 5,7 | 5,1 | 22,4 | 2,2 |
| Пирожок печеный сдобный с рисом, яйцом | 85 | 215,0 | 4,9 | 6,9 | 27,5 | 2,8 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 374,0 | 10,6 | 12,0 | 49,9 | 5,0 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

67

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.01.25

МБОУ "Лицей № 208"

Согласовано *Ковина*
Директор школы № *С 0*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/35 | 455,0 | 26,1 | 20,6 | 41,4 | 4,1 |
| Чай с лимоном | 200/7 | 43,0 | 0,3 | 0,1 | 10,3 | 1,0 |
| Я б л о к о | 1 шт | 45,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 1,0 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 35 | 84,0 | 2,5 | 0,9 | 17,5 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 627,0 | 29,3 | 22,0 | 79,0 | 7,9 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп куриный с зеленью | 250 | 96,0 | 2,3 | 3,0 | 11,7 | 1,2 |
| Котлета рыбная | 100 | 208,0 | 13,0 | 10,5 | 15,5 | 1,6 |
| Пюре картофельное | 150 | 108,0 | 3,1 | 5,2 | 12,1 | 1,2 |
| Компот из яблок | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 29 | 61,4 | 2,1 | 0,3 | 12,5 | 1,2 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 32 | 77,0 | 2,3 | 0,8 | 16,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 608,4 | 23,0 | 20,0 | 81,7 | 8,1 |

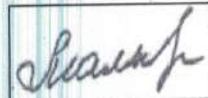
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Малышева Г.А.



* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

67

НА 22.01.25

Согласовано *Мальшева Г.А.*
 Директор школы № 1

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Бутерброд горячий с сыром | 45 | 173,0 | 7,2 | 11,0 | 11,5 | 1,2 |
| Вермишель молочная | 200 | 170,0 | 7,0 | 5,3 | 23,4 | 2,3 |
| Какао с молоком | 200 | 124,0 | 3,6 | 3,0 | 20,8 | 2,1 |
| Я б л о к о | 1 шт | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,0 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 32 | 77,0 | 2,3 | 0,7 | 16,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 593,0 | 20,5 | 20,4 | 82,5 | 8,2 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 275 | 119,0 | 5,0 | 6,4 | 10,2 | 1,0 |
| Биточки домашние | 100 | 198,0 | 13,8 | 11,3 | 10,1 | 1,0 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,7 |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 0,0 | 13,2 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 40 | 96,0 | 2,8 | 1,0 | 20,0 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 798,0 | 32,9 | 26,3 | 100,9 | 10,1 |

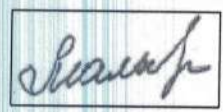
Инженер-технолог

Горячкина Н Н



Калькулятор

Мальшева Г.А.



* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.01.25

Согласовано
 Директор школы № 5А

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Тефтели мясные в соусе | 100/50 | 264,0 | 13,8 | 16,6 | 15,0 | 1,5 |
| Вермишель отварная | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,3 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,5 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 20 | 48,0 | 1,4 | 0,5 | 10,0 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 628,0 | 22,4 | 23,1 | 83,1 | 8,3 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью | 275 | 119,0 | 5,0 | 6,4 | 10,2 | 1,0 |
| Биточки домашние | 100 | 198,0 | 13,8 | 11,3 | 10,1 | 1,0 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 296,0 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 4,4 |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 0,0 | 13,2 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 40 | 96,0 | 2,8 | 1,0 | 20,0 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 848,0 | 34,6 | 27,8 | 108,4 | 10,8 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Маковый рулетик посыпной | 80 | 241,0 | 7,0 | 8,7 | 33,9 | 3,4 |
| Сок фруктовый | 204 | 92,0 | 0,0 | 0,0 | 22,8 | 2,3 |
| Я б л о к о | 1 шт | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 382,0 | 7,4 | 9,1 | 67,5 | 6,7 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.01.25



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,01 |
| Сыр порционнo | 15 | 53,0 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 0,0 |
| Каша молочная пшeнная с маслом | 200/4 | 199,0 | 6,4 | 6,8 | 28,2 | 2,8 |
| Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,8 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,3 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 24 | 58,0 | 1,6 | 0,6 | 12,0 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 569,0 | 17,1 | 24,2 | 70,8 | 7,1 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью | 260 | 111,0 | 4,8 | 4,0 | 14,0 | 1,4 |
| Запеканка картофельная с печенью | 200 | 239,0 | 12,7 | 9,8 | 25,0 | 2,5 |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 70 | 71,0 | 1,1 | 3,6 | 8,5 | 0,8 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 34 | 72,0 | 2,4 | 0,5 | 14,7 | 1,5 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 38 | 91,2 | 2,7 | 0,9 | 19,0 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 625,2 | 23,9 | 18,9 | 91,3 | 9,1 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.01.25



Согласовано
Директор школы № 2

М.С. Галимгарова
М.С. Галимгарова

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 15 | 99,0 | 0,1 | 10,9 | 0,2 | 0,02 |
| Каша молочная пшеница с маслом | 200/4 | 199,0 | 6,4 | 6,8 | 28,2 | 2,8 |
| Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,8 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,3 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 24 | 58,0 | 1,6 | 0,6 | 12,0 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 549,0 | 13,6 | 23,4 | 70,9 | 7,1 |
| Обед 5-11 класс (льготный/платный) | | | | | | |
| Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью | 260 | 111,0 | 4,8 | 4,0 | 14,0 | 1,4 |
| Запеканка картофельная с печенью | 200 | 239,0 | 12,7 | 9,8 | 25,0 | 2,5 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 31 | 66,0 | 2,2 | 0,4 | 13,4 | 1,3 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 40 | 96,0 | 2,8 | 1,0 | 20,0 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 553,0 | 22,7 | 15,3 | 82,5 | 8,2 |
| Полдник 5-11 класс (льготный/платный) | | | | | | |
| Компот из ягод | 209 | 51,2 | 0,2 | 0,1 | 12,5 | 1,2 |
| Хачапури | 70 | 227,0 | 9,0 | 10,6 | 19,5 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 278,2 | 9,2 | 10,7 | 32,0 | 3,2 |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.01.25



Согласовано *Ковалева*
Директор школы № *СА*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Котлета куриная | 90 | 156,0 | 14,6 | 7,9 | 5,2 | 0,5 |
| Рис отварной | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,9 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0,0 | 0,0 | 28,0 | 2,8 |
| Я б л о к о | 1 шт | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,1 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 45 | 108,0 | 3,2 | 1,1 | 11,2 | 1,1 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 610,0 | 21,9 | 15,7 | 83,7 | 8,4 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью | 265 | 139,0 | 4,6 | 5,7 | 17,2 | 1,7 |
| Чевапчичи в томатном соусе | 100/50 | 267,0 | 18,5 | 16,9 | 10,5 | 1,1 |
| Вермишель отварная | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,8 |
| Чай с лимоном | 200/5 | 42,0 | 0,2 | 0,1 | 10,2 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 21 | 45,0 | 1,5 | 0,3 | 9,1 | 0,9 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 22 | 53,0 | 1,5 | 0,6 | 11,0 | 1,1 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 724,0 | 31,7 | 28,5 | 85,9 | 8,6 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.01.25

Согласовано
 Директор школы № *СД*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Жаркое с курицей | 200 | 207,0 | 10,5 | 9,9 | 18,8 | 1,9 |
| Икра кабачковая (доп.гарнир) | 60 | 47,0 | 0,7 | 2,8 | 4,6 | 0,4 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0,0 | 0,0 | 28,0 | 2,8 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 36 | 86,4 | 2,5 | 0,9 | 18,0 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 452,4 | 13,7 | 13,6 | 69,4 | 6,9 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой, рыбными консервами , зеленью | 265 | 139,0 | 4,6 | 5,7 | 17,2 | 1,7 |
| Чевапчичи в томатном соусе | 100/50 | 267,0 | 18,5 | 16,9 | 10,5 | 1,1 |
| Вермишель отварная | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,4 |
| Чай с лимоном | 200/5 | 42,0 | 0,2 | 0,1 | 10,2 | 1,0 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 20 | 42,0 | 1,4 | 0,2 | 8,6 | 0,8 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 20 | 48,0 | 1,4 | 0,5 | 10,0 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 750,0 | 32,6 | 29,1 | 90,0 | 9,0 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Пирожок печёный сдобный с яблоками | 75 | 158,0 | 3,6 | 4,0 | 26,8 | 2,6 |
| Напиток овсяный 0,2 | 1 шт | 100,0 | 2,0 | 1,0 | 22,0 | 2,2 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 258,0 | 5,6 | 5,0 | 48,8 | 4,8 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

67

НА 25.01.25

Согласовано
Директор школы №

М.В. Давыдова
Новикова
С.Д.

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-----------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Филе куриное панированное с маслом | 100/5 | 329,0 | 2,4 | 20,3 | 12,5 | 1,2 |
| Рожки отварные | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,4 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 26 | 62,4 | 1,8 | 0,6 | 13,0 | 1,3 |
| Стоимость рациона | | 644,4 | 10,9 | 26,7 | 69,1 | 6,9 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп с горохом, гречками, зеленью | 250/15 | 221,0 | 10,1 | 6,1 | 31,5 | 3,1 |
| Биточки домашние | 100 | 198,0 | 13,8 | 11,3 | 10,1 | 1,0 |
| Пюре картофельное | 180 | 130,0 | 3,8 | 6,3 | 14,5 | 1,5 |
| Напиток из шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,5 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон, обогащенный йодоказеином | 20 | 48,0 | 1,4 | 0,5 | 10,0 | 1,0 |
| Стоимость рациона | | 754,0 | 31,6 | 24,8 | 101,5 | 10,2 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Плюшка "Московская" | 65 | 184,0 | 4,9 | 5,1 | 29,6 | 2,9 |
| Напиток овсяный 0,2 | 1 шт | 140,0 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,9 |
| Стоимость рациона | | 324,0 | 6,9 | 11,5 | 48,6 | 4,8 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Горячкина

Калькулятор

Малышева Г.А.

Малышева

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.01.25

Согласовано
Директор школы №

Л.А.С. Думкина

Ревикова С.В.



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло шоколадное | 10 | 65,0 | 0,1 | 6,2 | 2,2 | 0,2 |
| Пудинг " Лакомка" с вареньем | 150/30 | 379,0 | 14,1 | 12,6 | 56,4 | 5,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Я б л о к о | 1шт | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 632,0 | 17,6 | 20,0 | 99,5 | 9,9 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп сырный с гренками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 246,0 | 8,5 | 7,3 | 36,6 | 3,6 |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 0,0 | 13,2 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 31 | 87,0 | 2,5 | 0,6 | 17,7 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 766,0 | 28,1 | 23,1 | 103,9 | 10,4 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.01.25

Согласовано
Директор школы №

М.Ю. Гуськова
Ковалева
С.В.

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Пудинг "Лакомка" с вареньем | 200/25 | 486,0 | 20,9 | 14,3 | 68,6 | 6,9 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 1,0 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 597,0 | 23,1 | 14,9 | 93,0 | 9,3 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп сырный с гречками, зеленью | 250/15 | 173,0 | 6,1 | 6,3 | 22,8 | 2,3 |
| Гуляш из говядины | 100 | 121,0 | 8,2 | 8,6 | 2,8 | 0,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 296,0 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 4,4 |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 0,0 | 13,2 | 1,3 |
| Хлеб полезный с микроэлементами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 799,0 | 29,3 | 24,5 | 108,0 | 10,8 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Пирожок печеный сдобный с творогом | 90 | 219,0 | 10,8 | 8,4 | 25,1 | 2,5 |
| Сок фруктовый | 200 | 92,0 | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 2,0 |
| Стоимость рациона | 42,25 | 311,0 | 11,8 | 8,6 | 45,3 | 4,5 |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

67

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 28.01.25

Согласовано *Ковычева*
Директор школы № *1*

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,01 |
| Сыр порционнo | 13 | 47,0 | 3,0 | 3,8 | 0,0 | 0,0 |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200/5 | 205,0 | 5,3 | 7,0 | 30,0 | 3,0 |
| Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100 | 1шт | 75,0 | 2,8 | 3,2 | 8,0 | 0,8 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,2 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 24 | 67,0 | 1,9 | 0,5 | 13,7 | 1,3 |
| Стоимость рациона | 91,33 | 578,0 | 15,8 | 23,7 | 74,3 | 7,4 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 260 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,4 |
| Котлета куриная | 100 | 229,0 | 20,2 | 9,0 | 16,8 | 1,7 |
| Рожки отварные | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,8 |
| Икра кабачковая (доп.гарнир) | 20 | 16,0 | 0,4 | 0,9 | 1,5 | 0,1 |
| Компот из груш | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 29 | 81,2 | 2,3 | 0,6 | 16,6 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 109,60 | 742,2 | 39,1 | 19,9 | 102,1 | 10,2 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 28.01.25

Согласовано
Директор школы №

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-----------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 66,0 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 0,01 |
| Сыр порционнo | 20 | 71,0 | 4,6 | 5,8 | 0,0 | 0,0 |
| Каша молочная рисовая с маслом | 200/5 | 205,0 | 5,3 | 7,0 | 30,0 | 3,0 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 118,0 | 2,7 | 1,9 | 22,5 | 2,3 |
| Я б л о к о | 1шт | 49,0 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 45 | 126,0 | 3,6 | 0,9 | 25,7 | 2,5 |
| Стоимость рациона | | 635,0 | 16,7 | 23,3 | 89,1 | 8,9 |
| Обед 5-11 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 260 | 127,0 | 8,8 | 4,1 | 14,5 | 1,4 |
| Котлета куриная | 100 | 229,0 | 20,2 | 9,0 | 16,8 | 1,7 |
| Рожки отварные | 180 | 212,0 | 6,5 | 5,7 | 33,5 | 3,3 |
| Компот из груш | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,1 | 14,0 | 1,4 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 25 | 53,0 | 1,8 | 0,3 | 10,8 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,4 |
| Стоимость рациона | | 749,0 | 39,5 | 19,7 | 103,9 | 10,3 |
| Полдник 5-11 класс (льготный / платный) | | | | | | |
| Сдоба обыкновенная | 85 | 271,0 | 6,9 | 4,4 | 50,9 | 5,1 |
| Напиток овсяный 0,2 | 1шт | 100,0 | 2,0 | 1,0 | 22,0 | 2,2 |
| Стоимость рациона | | 371,0 | 8,9 | 5,4 | 72,9 | 7,3 |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.