

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.01.25

Согласовано  
Директор школы №



*МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 10" г. Новокузнецк*  
*Ковалева С.В.*

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
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 микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>597,0</b>	<b>23,1</b>	<b>14,9</b>	<b>93,0</b>	<b>9,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
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 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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>799,0</b>	<b>29,3</b>	<b>24,5</b>	<b>108,0</b>	<b>10,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>311,0</b>	<b>11,8</b>	<b>8,6</b>	<b>45,3</b>	<b>4,5</b>

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.