

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.01.25

Согласовано
Директор школы №



| 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 | 1шт | 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 № 18

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный) | | | | | | |
| 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 | 1шт | 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 (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 | 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 |
| Полдник 1-4 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 | 1шт | 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 22.01.25

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) | | | | | | |
| 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 микроэлементами | 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.