

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.09.25

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>            |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                     | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Сыр порционнo                       | 15            | 53                      | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                             |
| Каша молочная рисовая с маслом      | 150/5         | 163                     | 4           | 6,1         | 22,8         | 2,3                                           |
| Йогурт 1/100                        | 1шт           | 82                      | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                                           |
| Чай с сахаром                       | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30            | 85                      | 2,4         | 0,6         | 17,2         | 1,7                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>470</b>              | <b>13</b>   | <b>21,3</b> | <b>56,6</b>  | <b>5,7</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп Минестроне                      | 200           | 90                      | 2,4         | 4,2         | 10,8         | 1,1                                           |
| Филе куриное панированное           | 100           | 296                     | 24          | 16,7        | 12,4         | 1,2                                           |
| Рожки отварные                      | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)       | 60            | 14                      | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 0,2                                           |
| Яблоко                              | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| Компот из кураги                    | 200           | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами | 20            | 70                      | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>836</b>              | <b>37,8</b> | <b>27,1</b> | <b>102,6</b> | <b>10,2</b>                                   |

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 25.09.25

Согласовано  
Директор школы № 18

| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                                | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                 |
| Сыр порционно                                  | 15            | 53                 | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                    |
| Каша молочная рисовая с маслом                 | 150/5         | 163                | 4           | 6,1         | 22,8         | 2,3                                  |
| Йогурт 1/100                                   | 1шт           | 82                 | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                                  |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 30            | 85                 | 2,4         | 0,6         | 17,2         | 1,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>470</b>         | <b>13</b>   | <b>21,3</b> | <b>56,6</b>  | <b>5,7</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп Минестроне                                 | 200           | 90                 | 2,4         | 4,2         | 10,8         | 1,1                                  |
| Филе куриное панированное                      | 100           | 296                | 24          | 16,7        | 12,4         | 1,2                                  |
| Рожки отварные                                 | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                  | 60            | 14                 | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 0,2                                  |
| Яблоко                                         | 1шт           | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| Компот из кураги                               | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 20            | 70                 | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>836</b>         | <b>37,8</b> | <b>27,1</b> | <b>102,6</b> | <b>10,2</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Маковый рулетик посыпной                       | 100           | 301                | 8,6         | 10,8        | 42,3         | 4,2                                  |
| Напиток из шиповника                           | 200           | 84                 | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 1,9                                  |
| Яблоко                                         | 1шт           | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>434</b>         | <b>9,7</b>  | <b>11,5</b> | <b>72,7</b>  | <b>7,2</b>                           |

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 25.09.25



| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Блины "Домашние " со сгущённым молоком          | 168/30        | 502                     | 12,2        | 27,2        | 51,9         | 5,2                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                            | 1шт           | 55                      | 0           | 0           | 13,8         | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Я б л о к о                                     | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>627</b>              | <b>12,8</b> | <b>27,7</b> | <b>81,5</b>  | <b>8,2</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп Минестроне                                  | 250           | 113                     | 3           | 5,2         | 13,5         | 1,4                                           |
| Филе куриное панированное                       | 100           | 296                     | 24          | 16,7        | 12,4         | 1,2                                           |
| Рожки отварные                                  | 180           | 212                     | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,4                                           |
| Компот из кураги                                | 200           | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 55            | 154                     | 4,4         | 1,1         | 31,4         | 3,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>914</b>              | <b>40,8</b> | <b>29</b>   | <b>114,8</b> | <b>11,5</b>                                   |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Маковый рулетик посыпной                        | 100           | 301                     | 8,6         | 10,8        | 42,3         | 4,2                                           |
| Напиток из шиповника                            | 200           | 84                      | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 1,9                                           |
| Я б л о к о                                     | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>434</b>              | <b>9,7</b>  | <b>11,5</b> | <b>72,7</b>  | <b>7,2</b>                                    |

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.