

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.10.25

Согласовано  
Директор школы № 18

| 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 (льготный/ платный )</b>  |           |                         |             |             |             |                                               |
| Масло сливочное                                | 10        | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                          |
| Котлета куриная с сыром                        | 90        | 152                     | 11,9        | 8,1         | 7,9         | 0,7                                           |
| Рис отварной                                   | 150       | 185                     | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,9                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200       | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                           | 1 шт      | 55                      | 0           | 0           | 13,8        | 1,4                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 41        | 112                     | 3,2         | 0,8         | 22,9        | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона 96,63</b>                 |           | <b>591</b>              | <b>19,1</b> | <b>22,6</b> | <b>78,2</b> | <b>7,8</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |           |                         |             |             |             |                                               |
| Суп куриный с зеленью                          | 200       | 77                      | 1,8         | 2,4         | 9,4         | 0,9                                           |
| Митболлы в томатном соусе                      | 100/50    | 286                     | 19,8        | 18,2        | 11,5        | 1,2                                           |
| Пюре картофельное                              | 150       | 108                     | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,2                                           |
| Огурцы свежие ( доп.гарнир)                    | 50        | 7                       | 0,4         | 0           | 1,3         | 0,1                                           |
| Напиток из шиповника                           | 200       | 104                     | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,5                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25        | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 19        | 53                      | 1,5         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона 115,96</b>                |           | <b>688</b>              | <b>29,1</b> | <b>26,7</b> | <b>80,5</b> | <b>8,1</b>                                    |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |           |                         |             |             |             |                                               |
| Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком    | 100       | 199                     | 5,6         | 7,2         | 27,9        | 2,8                                           |
| Напиток овсяный 0,2                            | 1шт       | 140                     | 2,0         | 6,4         | 19,0        | 1,9                                           |
| <b>Стоимость рациона 44,70</b>                 |           | <b>339</b>              | <b>7,6</b>  | <b>13,6</b> | <b>46,9</b> | <b>4,7</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 03.10.25

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                                          |
| Котлета куриная с сыром             | 90            | 152                     | 11,9        | 8,1         | 7,9         | 0,7                                           |
| Рис отварной                        | 150           | 185                     | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,9                                           |
| Чай с сахаром                       | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                | 1 шт          | 55                      | 0           | 0           | 13,8        | 1,4                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами | 41            | 112                     | 3,2         | 0,8         | 22,9        | 2,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>591</b>              | <b>19,1</b> | <b>22,6</b> | <b>78,2</b> | <b>7,8</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |                         |             |             |             |                                               |
| Суп куриный с зеленью               | 200           | 77                      | 1,8         | 2,4         | 9,4         | 0,9                                           |
| Митболлы в томатном соусе           | 100/50        | 286                     | 19,8        | 18,2        | 11,5        | 1,2                                           |
| Пюре картофельное                   | 150           | 108                     | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,2                                           |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)          | 50            | 7                       | 0,4         | 0           | 1,3         | 0,1                                           |
| Напиток из шиповника                | 200           | 104                     | 0,7         | 0,3         | 24,6        | 2,5                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами | 19            | 53                      | 1,5         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>688</b>              | <b>29,1</b> | <b>26,7</b> | <b>80,5</b> | <b>8,1</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 03.10.25

Согласовано  
Директор школы № 18

| 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>  |               |                         |             |             |             |                                               |
| Масло сливочное                                 | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                          |
| Плов из говядины                                | 200           | 300                     | 11,6        | 11,7        | 37,1        | 3,7                                           |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| Я б л о к о                                     | 1 шт          | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 22            | 62                      | 1,8         | 0,4         | 12,6        | 1,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>498</b>              | <b>14,1</b> | <b>19,9</b> | <b>65,6</b> | <b>6,5</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |             |                                               |
| Суп куриный с зеленью                           | 250           | 96                      | 2,3         | 3           | 11,7        | 1,1                                           |
| Митболлы в томатном соусе                       | 100/50        | 286                     | 19,8        | 18,2        | 11,5        | 1,2                                           |
| Пюре картофельное                               | 150           | 108                     | 3,1         | 5,2         | 12,1        | 1,2                                           |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>564</b>              | <b>27,2</b> | <b>26,8</b> | <b>51,1</b> | <b>5,1</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |             |                                               |
| Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком     | 100           | 199                     | 5,6         | 7,2         | 27,9        | 2,8                                           |
| Напиток овсяный 0,2                             | 1шт           | 140                     | 2,0         | 6,4         | 19,0        | 1,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>339</b>              | <b>7,6</b>  | <b>13,6</b> | <b>46,9</b> | <b>4,7</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.