

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.12.25

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                                          |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 150/20        | 369                     | 31,7        | 12,6        | 32,2         | 3,2                                           |
| Я б л о к о                               | 1шт           | 62                      | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                             | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 24            | 67                      | 1,9         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,63</b>  | <b>585</b>              | <b>34,4</b> | <b>21</b>   | <b>64,7</b>  | <b>6,5</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной,зеленью      | 210           | 99                      | 6,4         | 5,9         | 5,8          | 0,6                                           |
| Печень по-строгановски                    | 100           | 179                     | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                        | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Сок фруктовый                             | 200           | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1                                             |
| Кекс для детского питания 1/28            | 1шт           | 124                     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 39            | 109                     | 3,1         | 0,8         | 22,3         | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>115,96</b> | <b>783</b>              | <b>32,3</b> | <b>28,7</b> | <b>100,1</b> | <b>10</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 04.12.25

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 (льготный/ платный )</b>  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                                | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком      | 150/20        | 369                     | 31,7        | 12,6        | 32,2         | 3,2                                           |
| Я б л о к о                                    | 1шт           | 62                      | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 24            | 67                      | 1,9         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>585</b>              | <b>34,4</b> | <b>21</b>   | <b>64,7</b>  | <b>6,5</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной,зеленью           | 210           | 99                      | 6,4         | 5,9         | 5,8          | 0,6                                           |
| Печень по-строгановски                         | 100           | 179                     | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                             | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| Сок фруктовый                                  | 200           | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1                                             |
| Кекс для детского питания 1/28                 | 1шт           | 124                     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 39            | 109                     | 3,1         | 0,8         | 22,3         | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>783</b>              | <b>32,3</b> | <b>28,7</b> | <b>100,1</b> | <b>10</b>                                     |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная     | 100           | 400                     | 8           | 9           | 73           | 7,3                                           |
| Компот из кураги                               | 200           | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>486</b>              | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b>  | <b>8,6</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 04.12.25

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Биточки домашние                                | 100           | 198                | 13,8        | 11,3        | 10,1         | 1                                    |
| Каша гречневая рассыпчатая                      | 180           | 296                | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                  |
| Вафли 1/20                                      | 1шт           | 104                | 1,4         | 5,8         | 29           | 2,9                                  |
| Кофейный напиток быстрорастворимый              | 200           | 93                 | 2,6         | 1,8         | 16,6         | 1,7                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 46            | 129                | 3,6         | 0,9         | 26,3         | 2,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>820</b>         | <b>31,6</b> | <b>28,6</b> | <b>126,1</b> | <b>12,6</b>                          |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Солянка домашняя со сметаной,зеленью            | 260           | 120                | 7,7         | 7           | 7,2          | 0,7                                  |
| Печень по-строгановски                          | 100           | 179                | 13,7        | 10,5        | 7,5          | 0,7                                  |
| Вермишель отварная                              | 180           | 212                | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,4                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Кекс для детского питания 1/28                  | 1шт           | 124                | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 24            | 51                 | 1,7         | 0,3         | 10,3         | 1                                    |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>707</b>         | <b>31,5</b> | <b>29,8</b> | <b>79,2</b>  | <b>7,9</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Нижегородская сдоба с маком , глазированная     | 100           | 400                | 8,0         | 9           | 73,0         | 7,3                                  |
| Компот из кураги                                | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>486</b>         | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b>  | <b>8,6</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.