

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.03.26

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                  | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г   | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-----------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>            |               |                    |             |           |              |                                      |
| Макароны с сыром                    | 180           | 278                | 10,2        | 13,5      | 29           | 2,9                                  |
| Творог для детского питания 1/100   | 1штг          | 113                | 7,6         | 4,2       | 11,1         | 1,1                                  |
| Кофейный напиток быстрорастворимый  | 200           | 93                 | 2,6         | 1,8       | 16,6         | 1,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25            | 70                 | 2,0         | 0,5       | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>96,63</b>  | <b>554</b>         | <b>22,4</b> | <b>20</b> | <b>71</b>    | <b>7</b>                             |
| <b>Обед 1-4 класс</b>               |               |                    |             |           |              |                                      |
| Суп сырный с гречками, зеленью      | 200/15        | 145                | 3,8         | 4,8       | 21,7         | 2,2                                  |
| Гуляш из говядины                   | 100           | 146                | 10,6        | 10,5      | 2,4          | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая          | 150           | 246                | 8,5         | 7,3       | 36,6         | 3,7                                  |
| Компот из яблок                     | 200           | 58                 | 0,2         | 0,2       | 13,9         | 1,4                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами    | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3       | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами | 47            | 132                | 3,8         | 0,9       | 26,9         | 2,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>            | <b>115,96</b> | <b>780</b>         | <b>28,7</b> | <b>24</b> | <b>112,3</b> | <b>11,2</b>                          |

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 23.03.26

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Макароны с сыром                              | 180           | 278                | 10,2        | 13,5        | 29           | 2,9                                  |
| Творог для детского питания 1/100             | 1штг          | 113                | 7,6         | 4,2         | 11,1         | 1,1                                  |
| Кофейный напиток быстрорастворимый            | 200           | 93                 | 2,6         | 1,8         | 16,6         | 1,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 25            | 70                 | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>96,63</b>  | <b>554</b>         | <b>22,4</b> | <b>20</b>   | <b>71</b>    | <b>7</b>                             |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп сырный с гречками, зеленью                | 200/15        | 145                | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 2,2                                  |
| Гуляш из говядины                             | 100           | 146                | 10,6        | 10,5        | 2,4          | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 150           | 246                | 8,5         | 7,3         | 36,6         | 3,7                                  |
| Компот из яблок                               | 200           | 58                 | 0,2         | 0,2         | 13,9         | 1,4                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 47            | 132                | 3,8         | 0,9         | 26,9         | 2,6                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>115,96</b> | <b>780</b>         | <b>28,7</b> | <b>24</b>   | <b>112,3</b> | <b>11,2</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100             | 1штг          | 330                | 4,5         | 11,5        | 52,5         | 5,3                                  |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>44,70</b>  | <b>351</b>         | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>5,8</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 23.03.26

Согласовано  
Директор школы № 48



| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Макароны с сыром                                | 180           | 278                | 10,2        | 13,5        | 29          | 2,9                                  |
| Творог для детского питания 1/100               | 1штг          | 113                | 7,6         | 4,2         | 11,1        | 1,1                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 15            | 42                 | 1,2         | 0,3         | 8,6         | 0,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>454</b>         | <b>19,2</b> | <b>18,1</b> | <b>53,7</b> | <b>5,3</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп сырный с гречками, зеленью                  | 200/15        | 145                | 3,8         | 4,8         | 21,7        | 2,2                                  |
| Гуляш из говядины                               | 100           | 146                | 10,6        | 10,5        | 2,4         | 0,2                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая                      | 150           | 246                | 8,5         | 7,3         | 36,6        | 3,7                                  |
| 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>611</b>         | <b>24,9</b> | <b>23</b>   | <b>76,5</b> | <b>7,7</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                    |             |             |             |                                      |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100               | 1штг          | 330                | 4,5         | 11,5        | 52,5        | 5,3                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>351</b>         | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b> | <b>5,8</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.