

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 06.12.25

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 5-11 класс (льготный/ платный)</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло шоколадное                              | 10            | 65                      | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 0,2                                           |
| Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе  | 100           | 140                     | 13,6        | 8           | 3,3          | 0,3                                           |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 180           | 296                     | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 4,4                                           |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Печенье 1/20                                  | 1 шт          | 86                      | 1,5         | 2,8         | 13,6         | 1,4                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 27            | 75                      | 2,1         | 0,5         | 15,7         | 1,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>96,63</b>  | <b>683</b>              | <b>27,7</b> | <b>26,4</b> | <b>83,9</b>  | <b>8,4</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп картофельный с горохом, зеленью           | 250           | 131                     | 5,5         | 5,3         | 15,3         | 1,5                                           |
| Тефтели мясные в соусе томатном               | 100/50        | 264                     | 13,8        | 16,6        | 15           | 1,5                                           |
| Рожки отварные                                | 180           | 212                     | 6,5         | 5,7         | 33,5         | 3,4                                           |
| Напиток из шиповника                          | 200           | 84                      | 0,7         | 0,3         | 19,6         | 1,9                                           |
| Я б л о к о                                   | 1 шт          | 62                      | 0,5         | 0,5         | 13,7         | 1,4                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами              | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 16            | 45                      | 1,3         | 0,3         | 9,2          | 0,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>115,96</b> | <b>851</b>              | <b>30,1</b> | <b>29</b>   | <b>117,1</b> | <b>11,7</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.