

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 15.09.25

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 5-11 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло шоколадное                               | 10            | 65                      | 0,1         | 6,2         | 2,2          | 0,2                                           |
| Омлет натуральный                              | 200           | 266                     | 18,6        | 19,2        | 4,6          | 0,4                                           |
| Я б л о к о                                    | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 49            | 143                     | 4,0         | 1,0         | 28,6         | 2,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>544</b>              | <b>23,3</b> | <b>26,9</b> | <b>51,2</b>  | <b>5,1</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп картофельный с горохом, зеленью            | 250           | 131                     | 5,5         | 5,3         | 15,3         | 1,5                                           |
| Плов из говядины                               | 200           | 300                     | 11,6        | 11,7        | 37,1         | 3,7                                           |
| 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            | 32            | 90                      | 2,5         | 0,6         | 18,3         | 1,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>678</b>              | <b>22,1</b> | <b>18,2</b> | <b>106,1</b> | <b>10,6</b>                                   |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Пирожок печёный сдобный с творогом             | 100           | 243                     | 12,0        | 9,3         | 27,9         | 2,8                                           |
| Чай с лимоном                                  | 200/9         | 43                      | 0,3         | 0,1         | 10,3         | 1                                             |
| 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>335</b>              | <b>12,7</b> | <b>9,8</b>  | <b>49</b>    | <b>4,9</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.