

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.10.25

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 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                         |             |             |             |                                               |
| Блины "Домашние " со сгущённым молоком          | 168/30        | 502                     | 12,2        | 27,2        | 51,9        | 5,2                                           |
| Пюре фруктовое 1/125                            | 1шт           | 55                      | 0           | 0           | 13,8        | 1,4                                           |
| 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                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>627</b>              | <b>12,8</b> | <b>27,7</b> | <b>81,5</b> | <b>8,2</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                         |             |             |             |                                               |
| Суп Минёстроне                                  | 200           | 94                      | 2,6         | 4,2         | 11,5        | 1,2                                           |
| Фишболы в сырном соусе                          | 100/50        | 173                     | 15,6        | 8,1         | 9,3         | 0,9                                           |
| Рожки отварные                                  | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9        | 2,8                                           |
| Компот из кураги                                | 200           | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2        | 1,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 30            | 64                      | 2,2         | 0,4         | 12,9        | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>595</b>              | <b>26,9</b> | <b>17,6</b> | <b>74,8</b> | <b>7,5</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                         |             |             |             |                                               |
| Маковый рулетик посыпной                        | 100           | 301                     | 8,6         | 10,8        | 42,3        | 4,2                                           |
| Напиток из шиповника                            | 200           | 84                      | 0,7         | 0,3         | 19,6        | 1,9                                           |
| 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>434</b>              | <b>9,7</b>  | <b>11,5</b> | <b>72,7</b> | <b>7,2</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.