

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.05.25

Согласовано

Директор школы № 170

| 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>                  |               |                         |             |             |             |                                               |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 150/30        | 437,0                   | 25,7        | 20,1        | 38,2        | 3,8                                           |
| Чай с лимоном                             | 200/7         | 43,0                    | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 1,0                                           |
| Я б л о к о                               | 1 шт          | 49,0                    | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином           | 38            | 91,0                    | 2,7         | 1,0         | 19,0        | 1,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>91,33</b>  | <b>620,0</b>            | <b>29,1</b> | <b>21,6</b> | <b>78,3</b> | <b>7,8</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |               |                         |             |             |             |                                               |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью  | 25/15/250     | 100,0                   | 9,5         | 0,8         | 13,7        | 1,4                                           |
| Котлета " Оригинальная "                  | 100           | 205,0                   | 13,0        | 13,9        | 6,9         | 0,6                                           |
| Рис отварной                              | 150           | 185,0                   | 3,7         | 6,3         | 28,5        | 2,9                                           |
| Компот из кураги                          | 200           | 86,0                    | 1,0         | 0,0         | 13,2        | 1,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 25            | 53,0                    | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином           | 28            | 67,0                    | 2,0         | 0,7         | 14,0        | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>109,60</b> | <b>696,0</b>            | <b>31,0</b> | <b>22,0</b> | <b>87,1</b> | <b>8,7</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.05.25

Согласовано

Директор школы № 140

| 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 сливочное                                | 10        | 66,0                    | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                          |
| Курица с булгуром                              | 200       | 305,0                   | 13,6        | 10,0        | 40,2        | 4,0                                           |
| Я б л о к о                                    | 1 шт      | 49,0                    | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                           |
| Чай с лимоном                                  | 200/7     | 43,0                    | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 1,0                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином                | 47        | 113,0                   | 3,3         | 1,1         | 23,5        | 2,4                                           |
| <b>Стоимость рациона 91,33</b>                 |           | <b>576,0</b>            | <b>17,7</b> | <b>18,9</b> | <b>84,9</b> | <b>8,5</b>                                    |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный / платный)</b>    |           |                         |             |             |             |                                               |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью       | 25/15/250 | 100,0                   | 9,5         | 0,8         | 13,7        | 1,4                                           |
| Котлета "Оригинальная "                        | 100       | 205,0                   | 13,0        | 13,9        | 6,9         | 0,6                                           |
| Рис отварной                                   | 180       | 220,0                   | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 3,4                                           |
| Компот из кураги                               | 200       | 86,0                    | 1,0         | 0,0         | 13,2        | 1,3                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами               | 25        | 53,0                    | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон, обогащенный йодоказеином                | 20        | 48,0                    | 1,4         | 0,5         | 10,0        | 1,0                                           |
| <b>Стоимость рациона 109,60</b>                |           | <b>712,0</b>            | <b>31,1</b> | <b>23,0</b> | <b>88,3</b> | <b>8,8</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b> |           |                         |             |             |             |                                               |
| Напиток из облепихи                            | 200       | 60,0                    | 0,0         | 0,0         | 15,0        | 1,5                                           |
| Пирожок печёный сдобный с курагой              | 100       | 232,0                   | 6,1         | 5,2         | 40,2        | 4,0                                           |
| Я б л о к о                                    | 1 шт      | 49,0                    | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона 42,25</b>                 |           | <b>341,0</b>            | <b>6,5</b>  | <b>5,6</b>  | <b>66,0</b> | <b>6,6</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.