

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.02.26

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 (льготный/ платный)</b>                  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой                           | 180           | 594                     | 9,9         | 18,9        | 94,5         | 9,5                                           |
| Чай с лимоном                                                 | 200/15        | 24                      | 0,3         | 0,1         | 5,5          | 0,5                                           |
| Я б л о к о                                                   | 1 шт          | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>96,63</b>  | <b>667</b>              | <b>10,6</b> | <b>19,4</b> | <b>110,8</b> | <b>11,1</b>                                   |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью                | 200           | 72                      | 1,4         | 3,9         | 7,9          | 0,8                                           |
| Котлета рыбная                                                | 100           | 246                     | 15,3        | 12,5        | 18,4         | 1,8                                           |
| Пюре картофельное                                             | 150           | 108                     | 3,1         | 5,2         | 12,1         | 1,2                                           |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 60            | 59                      | 0,9         | 3           | 6,8          | 0,7                                           |
| Сок фруктовый                                                 | 200           | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                                           |
| Кекс для детского питания 1/28                                | 1 шт          | 124                     | 1,7         | 6,2         | 15,7         | 1,6                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                              | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 22            | 62                      | 1,8         | 0,4         | 12,5         | 1,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>115,96</b> | <b>765</b>              | <b>26,2</b> | <b>31,6</b> | <b>94,3</b>  | <b>9,4</b>                                    |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>                 |               |                         |             |             |              |                                               |
| Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной 1/100            | 1 шт          | 270                     | 6,5         | 6,5         | 86           | 8,6                                           |
| Чай с сахаром                                                 | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>44,70</b>  | <b>291</b>              | <b>6,7</b>  | <b>6,6</b>  | <b>91</b>    | <b>9,1</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

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 18.02.2026

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 1-4 кл Указ Президента</b>           |              |                         |             |             |             |                                               |
| Филе куриное панированное                       | 100          | 296                     | 24,0        | 16,7        | 12,4        | 1,2                                           |
| Вермишель отварная                              | 150          | 191                     | 5,7         | 5,6         | 29,5        | 3,0                                           |
| Пюре фруктовое                                  | 125          | 55                      | 0,0         | 0,0         | 13,8        | 1,4                                           |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 30           | 30                      | 0,5         | 1,5         | 3,4         | 0,3                                           |
| Чай с сахаром                                   | 200          | 41                      | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0                                           |
| Батон, витаминный с микронутриентами            | 38           | 106                     | 3,0         | 0,8         | 21,7        | 2,2                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b> | <b>719</b>              | <b>33,4</b> | <b>24,7</b> | <b>90,9</b> | <b>9,1</b>                                    |

|                                                 |               |            |             |             |             |            |
|-------------------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>          |               |            |             |             |             |            |
| Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью  | 200           | 72         | 1,4         | 4,0         | 7,9         | 0,8        |
| Рыба припущенная                                | 90            | 72         | 16,4        | 0,5         | 0,6         | 0,1        |
| Пюре картофельное                               | 150           | 98         | 2,5         | 4,7         | 11,5        | 1,2        |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 60            | 59         | 0,9         | 3,0         | 6,8         | 0,7        |
| Сок фруктовый                                   | 200           | 41         | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0        |
| Батон, витаминный с микронутриентами            | 31            | 87         | 2,5         | 0,6         | 17,7        | 1,8        |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 25            | 53         | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>482</b> | <b>25,7</b> | <b>13,2</b> | <b>65,4</b> | <b>6,5</b> |

|                          |              |            |            |            |             |            |
|--------------------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Полдник</b>           |              |            |            |            |             |            |
| Пюре фруктовое           | 125          | 55         | 0,0        | 0,0        | 13,8        | 1,4        |
| Чай с сахаром            | 200          | 41         | 0,2        | 0,1        | 10,1        | 1,0        |
| Яблоко                   | 1шт          | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>44,70</b> | <b>145</b> | <b>0,6</b> | <b>0,5</b> | <b>34,7</b> | <b>3,5</b> |

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

Калькулятор  
Филиппова У.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.