

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.03.25

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | примерное количество хлебных единиц |
|---------------------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)</b>                |               |                    |             |             |             |                                     |
| Масло сливочное                                               | 10            | 66,0               | 0,1         | 7,3         | 0,1         | 0,01                                |
| Жаркое с куриным филе                                         | 200           | 207,0              | 10,5        | 9,9         | 18,8        | 1,9                                 |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп..гарнир) | 60            | 59,0               | 0,9         | 3,0         | 6,8         | 0,7                                 |
| Чай с лимоном                                                 | 200/7         | 43,0               | 0,3         | 0,1         | 10,3        | 1,0                                 |
| Батон, обогащенный йодоказеином                               | 20            | 48,0               | 1,4         | 0,5         | 10,0        | 1,0                                 |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>91,33</b>  | <b>423,0</b>       | <b>13,2</b> | <b>20,8</b> | <b>46,0</b> | <b>4,6</b>                          |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный / платный)</b>                   |               |                    |             |             |             |                                     |
| Суп куриный с зеленью                                         | 250           | 96,0               | 2,3         | 3,0         | 11,7        | 1,2                                 |
| Котлета рыбная                                                | 100           | 246,0              | 15,3        | 12,5        | 18,4        | 1,8                                 |
| Рис отварной                                                  | 180           | 220,0              | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 3,4                                 |
| Компот из ягод                                                | 200           | 49,0               | 0,2         | 0,1         | 12,0        | 1,2                                 |
| 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</b>                                      | <b>109,60</b> | <b>712,0</b>       | <b>25,4</b> | <b>23,9</b> | <b>96,6</b> | <b>9,7</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</b>                                      | <b>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.