

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 12.12.25

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс						
Сыр плавленый 17,5	1 шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1 шт	56	0,5	0,5	12,3	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	577	17,7	22,5	75,9	7,6
Обед 1-4 класс						
Бэрш "Сибирский " с зеленью	200	81	0,9	4,9	7,8	0,8
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	50	50	0,8	2,6	6	0,6
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	766	34,4	31,3	79	7,9

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 12.12.25

Согласовано

Директор школы № 8



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Сыр плавленый 17,5	1 шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1 шт	56	0,5	0,5	12,3	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	577	17,7	22,5	75,9	7,6
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Сибирский " с зеленью	200	81	0,9	4,9	7,8	0,8
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	50	50	0,8	2,6	6	0,6
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	766	34,4	31,3	79	7,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Аппетитная" с начинкой фруктово -ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86,0	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	9,1

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 12.12.25

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	38	106	3	0,8	21,7	2,1
Стоимость рациона	96,63	599	24	18,4	84	8,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ "Сибирский " с зеленью	250	92	1,3	4,9	10	1,0
Филе куриное панированное	100	296	24	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	43	91	3,1	0,5	18,6	1,9
Стоимость рациона	115,96	673	32,6	27,3	66,3	6,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба " Аппетитная " с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86,0	8,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	291	6,7	6,6	91	9,1

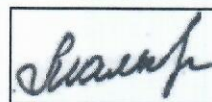
Инженер-технолог

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 12.12.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Рожки отварные	180	229	6,9	6,7	35,4	3,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон, витаминный с микронутриентами	52	146	4,2	1,0	29,7	3,0
Стоимость рациона	96,63	656	25,6	19,6	93,9	9,4

Обед старшеклассника						
Борщ "Сибирский" с зеленью	250	92	2,0	4,9	10,0	0,8
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	0,1
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	3,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,2
Батон, витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	779	34,8	28,2	80,8	8,3

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	138	0,7	0,6	32,5	3,3

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.