

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.09.25

Согласовано  
Директор школы № 43

| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|-----------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                               | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                 |
| Сыр порционно                                 | 15            | 53                 | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                    |
| Каша молочная рисовая с маслом                | 150/5         | 163                | 4           | 6,1         | 22,8         | 2,3                                  |
| Йогурт 1/100                                  | 1шт           | 82                 | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,2                                  |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 30            | 85                 | 2,4         | 0,6         | 17,2         | 1,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>96,63</b>  | <b>470</b>         | <b>13</b>   | <b>21,3</b> | <b>56,6</b>  | <b>5,7</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп Минестроне                                | 200           | 90                 | 2,4         | 4,2         | 10,8         | 1,1                                  |
| Филе куриное панированное                     | 100           | 296                | 24          | 16,7        | 12,4         | 1,2                                  |
| Рожки отварные                                | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)                 | 60            | 14                 | 0,7         | 0,1         | 2,4          | 0,2                                  |
| Яблоко                                        | 1шт           | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| 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           | 20            | 70                 | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>115,96</b> | <b>836</b>         | <b>37,8</b> | <b>27,1</b> | <b>102,6</b> | <b>10,2</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 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                                  |
| Яблоко                                        | 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

Горачкина 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.