

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 17.09.25

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                                    |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком                   | 150/30        | 437                | 25,7        | 20,1        | 38,2        | 3,8                                  |
| Чай с сахаром                                               | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Я б л о к о                                                 | 1 шт          | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                         | 26            | 70                 | 2,0         | 0,5         | 14,3        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>96,63</b>  | <b>643</b>         | <b>28,4</b> | <b>28,4</b> | <b>68,4</b> | <b>6,8</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>                  |               |                    |             |             |             |                                      |
| Бульон с куриным филе,гренками,зеленью                      | 25/15/200     | 102                | 9,5         | 0,8         | 14          | 1,4                                  |
| Жаркое по-домашнему                                         | 150           | 182                | 9,3         | 9,7         | 14          | 1,4                                  |
| Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром (доп.гарнир) | 60            | 59                 | 0,9         | 3           | 6,8         | 0,6                                  |
| Компот из кураги                                            | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2        | 1,3                                  |
| П е ч е н ь е 1/20                                          | 1шт           | 86                 | 1,5         | 2,8         | 13,6        | 1,4                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                            | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                         | 48            | 134                | 3,8         | 0,9         | 27,4        | 2,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>115,96</b> | <b>702</b>         | <b>27,9</b> | <b>17,5</b> | <b>99,8</b> | <b>9,9</b>                           |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>              |               |                    |             |             |             |                                      |
| Пирожок печёный сдобный с курицей,капустой                  | 100           | 213                | 11,7        | 7,5         | 24,8        | 2,5                                  |
| Чай с сахаром                                               | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5,0         | 0,5                                  |
| Я б л о к о                                                 | 1шт           | 47                 | 0,4         | 0,4         | 10,4        | 1                                    |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>44,70</b>  | <b>281</b>         | <b>12,3</b> | <b>8,0</b>  | <b>40,2</b> | <b>4</b>                             |

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева Г.А.

*С.А.А.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 17.09.25

Согласовано  
Директор школы № 43

| Наименование блюда                              | Выход (г)     | Калорий-ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------------------------|---------------|---------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                     |             |             |             |                                      |
| Масло сливочное                                 | 15            | 99                  | 0,1         | 10,9        | 0,1         | 0                                    |
| Котлета куриная                                 | 100           | 229                 | 20,2        | 9           | 16,8        | 1,7                                  |
| Вермишель отварная                              | 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                                     | 1 шт          | 49                  | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 27            | 76                  | 2,2         | 0,5         | 15,4        | 1,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>96,63</b>  | <b>686</b>          | <b>29,6</b> | <b>26,6</b> | <b>81,6</b> | <b>8,2</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                     |             |             |             |                                      |
| Бульон с куриным филе, гренок, зеленью          | 25/15/250     | 100                 | 9,5         | 0,8         | 13,7        | 1,4                                  |
| Жаркое по-домашнему                             | 200           | 239                 | 12,4        | 12,7        | 18,7        | 1,9                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                  | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 20            | 42                  | 1,4         | 0,2         | 8,6         | 0,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>402</b>          | <b>23,5</b> | <b>13,8</b> | <b>46,0</b> | <b>4,6</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный )</b> |               |                     |             |             |             |                                      |
| Пирожок печёный сдобный с курицей, капустой     | 100           | 213                 | 11,7        | 7,5         | 24,8        | 2,5                                  |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21                  | 0,2         | 0,1         | 5,0         | 0,5                                  |
| Я б л о к о                                     | 1 шт          | 47                  | 0,4         | 0,4         | 10,4        | 1                                    |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>44,70</b>  | <b>281</b>          | <b>12,3</b> | <b>8,0</b>  | <b>40,2</b> | <b>4</b>                             |

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.

Меню учителя на 17 СЕНТЯБРЯ 25 г

директор *Г.А. Малышева*  
Согласовано  
Директор школы № 43

| Наименование блюда                              | Цена  | Выход (г) | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------------|-------|-----------|-------------------------|----------|---------|-------------|-----------------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                           |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Масло сливочное                                 | 10,43 | 10        | 66                      | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0                                             |
| <b>Первые блюда</b>                             |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью        | 24,68 | 25/15/250 | 100                     | 9,5      | 0,8     | 13,7        | 1,4                                           |
| <b>Вторые блюда</b>                             |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком       | 77,15 | 150/30    | 437                     | 25,7     | 20,3    | 38,2        | 3,8                                           |
| Жаркое по-домашнему                             | 88,17 | 200       | 239                     | 12,4     | 12,7    | 18,7        | 1,9                                           |
| Котлета куриная                                 | 46,67 | 100       | 229                     | 20,2     | 9,0     | 16,8        | 1,7                                           |
| <b>Гарниры</b>                                  |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Вермишель отварная                              | 12,61 | 180       | 212                     | 6,5      | 5,7     | 33,5        | 3,4                                           |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 13,54 | 60        | 59                      | 0,9      | 3       | 6,8         | 0,6                                           |
| <b>Напитки</b>                                  |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Чай с сахаром                                   | 1,10  | 200       | 21                      | 0,2      | 0,1     | 5,0         | 0,5                                           |
| Чай без сахара                                  | 0,61  | 200       | 2                       | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0                                             |
| Компот из кураги                                | 8,57  | 200       | 86                      | 1,1      | 0,0     | 13,2        | 1,3                                           |
| <b>Хлеб</b>                                     |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 2,64  | 25        | 53,0                    | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1,0                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами             | 4,56  | 25        | 70,0                    | 2,0      | 0,5     | 14,3        | 1,4                                           |

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.

*Малышева*

] 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.

43

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием непереносимостью лактозы)

на 17.09.2025

Согласовано   
Директор школы 

| Наименование блюда                    | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных 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                                  |
| Яблоко                                | 1шт          | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8        | 1,1                                  |
| Чай с сахаром                         | 200          | 41                 | 0,2         | 0,1         | 10,1        | 1,0                                  |
| Батон, витаминный с микронутриентами  | 31           | 87                 | 2,5         | 0,6         | 17,7        | 1,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>96,63</b> | <b>719</b>         | <b>32,8</b> | <b>23,4</b> | <b>94,3</b> | <b>9,4</b>                           |

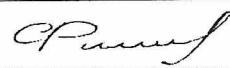
|                                                 |               |            |             |             |             |            |
|-------------------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>          |               |            |             |             |             |            |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью        | 25/15/250     | 100        | 9,5         | 0,8         | 13,7        | 1,4        |
| Жаркое по-домашнему                             | 150           | 182        | 9,3         | 9,7         | 14,0        | 1,4        |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 80            | 81         | 1,2         | 4,0         | 9,1         | 0,9        |
| Компот из кураги                                | 200           | 86         | 1,1         | 0,0         | 13,2        | 1,3        |
| Батон, витаминный с микронутриентами            | 50            | 140        | 4,0         | 1,0         | 28,6        | 2,9        |
| Хлеб полезный с микронутриентами                | 44            | 93         | 3,2         | 0,5         | 19,0        | 1,9        |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>682</b> | <b>28,3</b> | <b>16,0</b> | <b>97,6</b> | <b>9,8</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        |
| Сок фруктовый            | 200          | 41         | 0,2        | 0,1        | 10,1        | 1,0        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>44,70</b> | <b>137</b> | <b>0,4</b> | <b>0,2</b> | <b>34,0</b> | <b>3,4</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