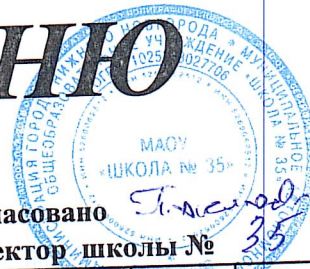


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.03.26

Согласовано  
Директор школы № 35



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>655</b>	<b>28,6</b>	<b>28,9</b>	<b>70,5</b>	<b>7</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Печень по-строгановски	100	166	12	9,7	7,6	0,7
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,5
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон витаминный с микронутриентами	54	151	4,3	1,1	30,8	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>857</b>	<b>33,3</b>	<b>29,1</b>	<b>116,4</b>	<b>11,6</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.03.26

Согласовано  
Директор школы № 35



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
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микроэлементами	23	64	1,8	0,5	13,2	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>655</b>	<b>28,6</b>	<b>28,9</b>	<b>70,5</b>	<b>7</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Печень по-строгановски	100	166	12	9,7	7,6	0,7
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,5
Хлеб полезный с микроэлементами	30	64	2,2	0,4	12,9	1,3
Батон витаминный с микроэлементами	54	151	4,3	1,1	30,8	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>857</b>	<b>33,3</b>	<b>29,1</b>	<b>116,4</b>	<b>11,6</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>351</b>	<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>5,7</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.03.26

Согласовано  
Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Вафли 1/20	1шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	43	120	3,4	0,8	24,5	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>811</b>	<b>31,4</b>	<b>28,5</b>	<b>124,3</b>	<b>12,4</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	120	7,7	7	7,2	0,7
Печень по-строгановски	100	166	12	9,7	7,6	0,7
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	30	64	2,2	0,4	13	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>673</b>	<b>29,2</b>	<b>28,3</b>	<b>76,4</b>	<b>7,6</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>351</b>	<b>4,7</b>	<b>11,6</b>	<b>57,5</b>	<b>5,7</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.

✓



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
<b>Первые блюда</b>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	40,99	260	120	7,7	7,0	7,2	0,7
<b>Вторые блюда</b>							
Печень по-строгановски	45,98	100	166	12,0	9,7	7,6	0,7
Биточки домашние	55,68	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Запеканка из творога со сгущённым молоком	77,7	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
<b>Гарниры</b>							
Вермишель отварная	11,80	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,20	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
<b>Постные Блюда</b>							
Суп картофельный с зеленью	13,52	250	105	2,2	2,8	14	1,4
Котлета капустная	9,1	100	160	3,6	7,7	10,8	1,1
Вермишель отварная с маслом растительным	5,88	180	220	6,9	6,7	35,4	3,5
Каша гречневая с сахаром, маслом растительным	5,37	150	276	7,9	7,11	13,7	1,4
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Сок фруктовый	11,92	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

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.