

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

на 21 января 2026г

Наименование блюда	Выход(г)	Калори- йность, Ккал	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г
Завтрак 1-4 класс(льготный)					
Мясо с овощами	200	232	13,8	11	19,4
Фрукт свежий Яблоко	1шт.	57	0,5	0,5	11,7
Чай с сахаром,лимоном	200/8	29	0,3	0,1	6,8
Батон	25	60	1,75	0,75	11,75
Стоимость рациона 96,63		146	2,55	1,35	30,25
Обед 1-4 класс(льготный/платный)					
Бульон с куриным филе,гренками ,зеленью	20/15/250	114	9	9,1	13,1
Рыба тушёная в томате с овощами	80/30	135	12,1	8,3	3
Рис отварной	180	220	3,7	6,3	28,5
Чай с сахаром	200	41	0,07	0,02	15
Хлеб ржаной/батон	25/25	110	3,8	0,7	24,4
Стоимость рациона 115,96		620	3,77	6,32	43,5
полдник 1-4 класс(платный)					
Ватрушка с фруктовой начинкой	100	282	7,4	7,8	45,4
Чай с сахаром	200	41	0,07	0,02	15
Стоимость рациона 44,70		323	7,47	7,82	60,4
Завтрак 5-11 класс(льготный)					
Мясо с овощами	200	232	13,8	11	19,4
Фрукт свежий Яблоко	1шт.	57	0,5	0,5	11,7
Чай с сахаром,лимоном	200/8	29	0,3	0,1	6,8
Батон	25	60	1,75	0,75	11,75
Стоимость рациона 96,63		146	2,55	1,35	30,25
Обед 5-11 класс(льготный/платный)					
Бульон с куриным филе,гренками ,зеленью	20/15/250	114	9	9,1	13,1
Рыба тушёная в томате с овощами	80/30	135	12,1	8,3	3
Рис отварной	180	220	3,7	6,3	28,5
Чай с сахаром	200	41	0,07	0,02	15
Хлеб ржаной/батон	25/25	110	3,8	0,7	24,4
Стоимость рациона 115,96		620	3,77	6,32	43,5

Бухгалтер
Грачева И.Е.

и.о.Директора
Химица А.Г.

