

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.12.25

Согласовано  
Директор школы № 6

| Наименование блюда                                            | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|---------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</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 "Дружба " с маслом                              | 150/5         | 168                     | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                                           |
| Чай с сахаром                                                 | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Йогурт 1/100                                                  | 1 шт          | 82                      | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 27            | 80                      | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>96,63</b>  | <b>470</b>              | <b>13,3</b> | <b>21,7</b> | <b>53,4</b>  | <b>5,3</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                         |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп куриный с зеленью                                         | 200           | 77                      | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 0,9                                           |
| Жаркое по-домашнему                                           | 150           | 182                     | 9,3         | 9,7         | 14           | 1,4                                           |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 75            | 75                      | 1,2         | 3,9         | 9            | 0,9                                           |
| Компот из апельсинов                                          | 200           | 69                      | 0,2         | 0,1         | 17           | 1,7                                           |
| Вафли 1/20                                                    | 1 шт          | 104                     | 1,4         | 5,8         | 29           | 2,9                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                              | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 49            | 145                     | 3,9         | 1           | 28           | 2,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>115,96</b> | <b>705</b>              | <b>19,7</b> | <b>23,2</b> | <b>117,2</b> | <b>11,7</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.12.25

Согласовано  
Директор школы № 6

| Наименование блюда                                            | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|---------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                  |               |                         |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                                               | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Сыр порционнo                                                 | 15            | 53                      | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                             |
| Каша молочная "Дружба " с маслом                              | 150/5         | 168                     | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                                           |
| Чай с сахаром                                                 | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Йогурт 1/100                                                  | 1 шт          | 82                      | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 27            | 80                      | 2           | 0,5         | 14,3         | 1,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>96,63</b>  | <b>470</b>              | <b>13,3</b> | <b>21,7</b> | <b>53,4</b>  | <b>5,3</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                     |               |                         |             |             |              |                                               |
| Суп куриный с зеленью                                         | 200           | 77                      | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 0,9                                           |
| Жаркое по-домашнему                                           | 150           | 182                     | 9,3         | 9,7         | 14           | 1,4                                           |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 75            | 75                      | 1,2         | 3,9         | 9            | 0,9                                           |
| Компот из апельсинов                                          | 200           | 69                      | 0,2         | 0,1         | 17           | 1,7                                           |
| Вафли 1/20                                                    | 1 шт          | 104                     | 1,4         | 5,8         | 29           | 2,9                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами                              | 25            | 53                      | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами                           | 49            | 145                     | 3,9         | 1           | 28           | 2,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>115,96</b> | <b>705</b>              | <b>19,7</b> | <b>23,2</b> | <b>117,2</b> | <b>11,7</b>                                   |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>                 |               |                         |             |             |              |                                               |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100              | 1 шт          | 400                     | 8,0         | 9           | 73,0         | 7,3                                           |
| Компот из кураги                                              | 200           | 86                      | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>44,70</b>  | <b>486</b>              | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b>  | <b>8,6</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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.12.25

Согласовано  
Директор школы № 6

| Наименование блюда                               | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Котлета рубленая из куриного филе                | 100           | 229                | 20,2        | 9           | 16,8        | 1,7                                  |
| Рожки отварные                                   | 180           | 212                | 6,5         | 5,7         | 33,5        | 3,3                                  |
| Чай с сахаром                                    | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Я б л о к о                                      | 1 шт          | 62                 | 0,5         | 0,5         | 13,7        | 1,4                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 39            | 109                | 3,1         | 0,8         | 22,3        | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>96,63</b>  | <b>633</b>         | <b>30,5</b> | <b>16,1</b> | <b>91,3</b> | <b>9,1</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>       |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп куриный с зеленью                            | 250           | 96                 | 2,3         | 3           | 11,7        | 1,1                                  |
| 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                 | 39            | 83                 | 2,8         | 0,5         | 16,8        | 1,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>115,96</b> | <b>439</b>         | <b>17,7</b> | <b>16,3</b> | <b>52,2</b> | <b>5,2</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100 | 1 шт          | 400                | 8,0         | 9           | 73          | 7,3                                  |
| Компот из кураги                                 | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2        | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>44,70</b>  | <b>486</b>         | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b> | <b>8,6</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.