

Утверждаю: Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

13 апреля 2026 г.

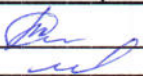
## Меню ЧОУ СОШ "Кристалл" (класс 1-4)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
<u>1завтр.***</u>						
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Батон Нарезной порц	
5,08	4,6	0,28	63	1шт/040	Яйцо вареное	
4,12	5,32	26,62	167,75	100/5	Каша манная молочная с маслом,,	
0,2	0,05	5	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
11	11	42	343			
<u>2завтр.***</u>						
		24	0,1	200	Сок 200	
		24				
<u>Зобед.***</u>						
6,25	5,19	13,25	118,87	10/150	Суп картофельный с бобовыми (горохом) с мясом,/	
12,62	28,17	25,89	408	50/100	Плов	
0,58	2,79	1,85	36,49	60	Салат из свежих помидоров	
0,25	0,16	27,5	114,11	200	Компот из свежих плодов (яблоко. красная смородина )	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
23	37	91	786			
<u>4полдн***</u>						
0,2	0,05	5	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
9,87	28,08	101,57	795,1	100	Кулич "Пасхальный "	
10	28	107	855			
44	76	263	1 985			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр.***	140,45	161,22	97,53	17,19	89,72	0,04
2завтр.***	0,02	2,38				
Зобед.***	271,42	999,4	86,35	100,29	352,42	2,64
4полдн***	44,4	271,29	93,08	24,18	125,76	0,44

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1завтр.***	0,02	0,8		0,3	0,59	0,97	0,01
2завтр.***		0,81					
Зобед.***	0,03	53,64		0,23	4,62	6,03	0,06
4полдн***	0,03	0,22		0,2	1,61	1,88	0,03

Зав.производством  
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.  
Малова Н.И.

Утверждаю : Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

13 апреля 2026 г.

## Меню ЧОУ СОШ "Кристалл"( класс 5-11)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
<u>1Завтра***</u>						
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<b>Батон Нарезной порц</b>	
5,08	4,6	0,28	63	1шт/040	<b>Яйцо вареное</b>	
6,18	7,97	39,93	251,62	150/7.5	<b>Каша манная молочная с маслом</b>	
0,2	0,05	5	60	200/5	<b>Чай с сахаром- рафинад /</b>	
13	13	55	427			
<u>2Завтра***</u>						
		24	0,1	200	<b>Сок 200</b>	
		24				
<u>3 Обед***</u>						
7,35	6,07	17	146,85	200/15	<b>Суп картофельный с бобовыми (горохом) с мясом///</b>	
18,92	42,25	38,83	612	75/150	<b>Плов.</b>	
0,58	2,79	1,85	36,49	60	<b>Салат из свежих помидоров</b>	
0,25	0,16	27,5	114,11	200	<b>Компот из свежих плодов (яблоко. красная смородина )</b>	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	<b>Хлеб белый в/с.....</b>	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	<b>Хлеб ржаной...../</b>	
31	52	107	1 018			
<u>4Полдн.***</u>						
0,2	0,05	5	60	200/5	<b>Чай с сахаром- рафинад /</b>	
9,87	28,08	101,57	795,1	100	<b>Кулич "Пасхальный "</b>	
10	28	107	855			
54	93	293	2 301			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1Завтра***	157,95	221,44	140,55	23,56	127,8	0,04
2Завтра***	0,02	2,38				
3 Обед***	298,09	1 254,6	101,65	128,21	461,66	2,69
4Полдн.***	44,4	271,29	93,08	24,18	125,76	0,44

Итоги по группам питающихся							
Группа	A	C	B1	B2	PP	Железо	Иод
1Завтра***	0,02	1,2		0,35	0,76	1,13	0,01
2Завтра***		0,81					
3 Обед***	0,03	57,06		0,29	5,94	7,34	0,09
4Полдн.***	0,03	0,22		0,2	1,61	1,88	0,03

Зав.производством  
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.  
Малова Н.И.