

Утверждаю : Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

14 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	
4,9	5,1		65,6	20	Сыр	
8,75	10,1	54,76	338,34	100/5	Каша вязкая молочная пшеничная.//	
0,2	0,05	5	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
15	16	70	516			
				<u>2завтр.***</u>		
0,8	0,2	7,5	38	100	Флоды и ягоды свежие (мандарины)	
1		8	38			
				<u>Зобед.***</u>		
4,79	5,81	10,99	110,77	150/10	Суп из овощей со свеж. помидорами с мясом,.	
3,3	4,55	19,49	139,03	150	Картофельное пюре (
14,96	18,19	5,6	245,31	80	Кнели куриные,,,	
1,43	6,09	6,61	88,57	100	Салат " Школьный"(свекла ,огурец конс.горошек	
1,3	0,08	32,71	137,8	200	зел., масло растительное)	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Компот из сухофруктов//	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб ржаной...../	
29	35	98	830		Хлеб белый в/с.....	
				<u>4полдн***</u>		
0,2	0,05	5	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
10,09	12,87	31,16	283,03	100	Пицца" ШКОЛЬНАЯ"(колбаса полукопченая,сыр,	
10	13	36	343		помидор,зелень)/	
56	64	211	1 728			

Итоги по группам питающихся						
Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1завтр.***	309,38	300,52	454,45	53,69	336,8	0,07
2завтр.***	12	155	35	11	17	0,07
Зобед.***	336,75	1 690,63	213,66	140,96	451,24	2,85
4полдн***	435,24	183,88	132,16	20,41	148,33	0,14

Итоги по группам питающихся							
Группа	А	С	В1	В2	РР	Железо	Иод
1завтр.***	0,03	1,44		0,28	1,03	2,82	0,02
2завтр.***	0,03	38		0,03	0,2	0,1	0,02
Зобед.***	0,5	61,94		0,45	9,43	6,86	0,17
4полдн***		6,34		0,1	1,27	1,28	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.

Утверждаю : Директор ЧОУ СОШ "Кристалл"

Кирюхина Н.В.

14 апреля 2026 г.

Меню ЧОУ СОШ "Кристалл"(класс 5-11)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Цена
Белки	Жиры	Углевод	Ккал.			
				1Завтра***		
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Батон Нарезной порц	
6,56	7,58	41,07	253,76	150/7.5	Каша вязкая молочная пшеничная	
4,9	5,1		65,6	20	Сыр	
0,2	0,05	5	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
13	13	56	432			
				2Завтра***		
0,8	0,2	7,5	38	100	Фрукты и ягоды свежие (мандарины)	
1		8	38			
				3 Обед***		
5,41	6,13	8,99	116,21	200/15	Суп из овощей со свеж. помидорами с мясом///	
4,59	6,11	27,32	192,56	200	Картофельное пюре	
18,76	25,86	7,07	331,64	100	Кнели куриные,//	
1,43	6,09	6,61	88,57	100	Салат " Школьный"(свекла ,огурец конс.горошек зел., масло растительное)	
1,3	0,08	32,71	137,8	200	Компот из сухофруктов//	
1,7	0,33	9,95	50,25	25	Хлеб ржаной...../	
1,9	0,2	12,3	58,75	25	Хлеб белый в/с.....	
35	45	105	976			
				4Полдн.***		
0,2	0,05	5	60	200/5	Чай с сахаром- рафинад /	
10,09	12,87	31,16	283,03	100	Пицца" ШКОЛЬНАЯ"(колбаса полукопченая,сыр, помидор,зелень)/	
10	13	36	343			
59	71	205	1789			

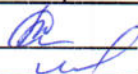
Итоги по группам питающихся

Группа	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Цинк
1Завтра***	295,26	234,41	386,89	42,73	281,08	0,05
2Завтра***	12	155	35	11	17	0,05
3 Обед***	356,83	2 075,23	265,18	160,2	539,45	3,87
4Полдн.***	435,24	183,88	132,16	20,41	148,33	0,14

Итоги по группам питающихся

Группа	А	С	В1	В2	РР	Железо	Иод
1Завтра***	0,03	1,12		0,23	0,83	2,23	0,02
2Завтра***	0,03	38		0,03	0,2	0,1	0,02
3 Обед***	0,62	72,85		0,55	11,69	7,78	0,15
4Полдн.***		6,34		0,1	1,27	1,28	0,02

Зав.производством
Мед.работник школы



Феклина Т.Е.
Малова Н.И.