

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.09.25

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр аорционно	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
Й о г у р т 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	27	80	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	470	13,3	21,7	53,4	5,3
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью	205	84	1,7	4,7	8,7	0,8
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	27	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	559	25,1	20	69,6	6,9

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 16.09.25

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
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	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	470	13,3	21,7	53,4	5,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью	205	84	1,7	4,7	8,7	0,8
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	27	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	559	25,1	20	69,6	6,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сдоба обыкновенная	100	266	7,7	6	45,4	4,5
Кисломолочный напиток "Снежок"	207	161	5,7	5,1	22,7	2,3
Стоимость рациона	44,70	427	13,4	11,1	68,1	6,8

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 16.09.25

Согласовано

Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Индейка с булгуром	200	350	12,8	15,5	39,8	3,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	25	5	0,3	0,1	1	0,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	2,9	0,7	21,1	2,1
Стоимость рациона	96,63	670	18	29,9	82,7	8,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной,зеленью	255	106	1,8	5,6	12	1,2
Фишболы в сырном соусе	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	19	40	1,4	0,2	8,2	0,8
Стоимость рациона	115,96	553	22,7	20,3	70,0	7
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба обыкновенная	100	266	7,7	6	45,4	4,5
Кисломолочный напиток " Снежок "	207	161	5,7	5,1	22,7	2,3
Стоимость рациона	44,70	427	13,4	11,1	68,1	6,8

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

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 16.09.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	349	2,0	10,6	61,4	5,7

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	90	12	0,8	0,1	2,3	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	451	5,6	10,2	82,6	8,3

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

Инженер-технолог

Егорова Т.А.

Калькулятор

Филиппова У.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

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 16.09.2025

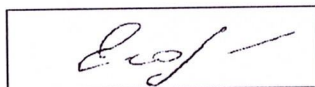
Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Напиток овсяный	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	351	3,5	11,6	59,5	5,7

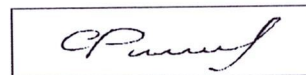
Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	494	6,2	11,4	81,1	8,1

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

Инженер-технолог
Егорова Т.А.



Калькулятор
Филиппова У.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.

Меню учителя на 16 СЕНТЯБРЯ 25 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	13,81	15	53	3,5	4,4	0	0
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, сметаной, зеленью	13,27	255	106	1,8	5,6	12,0	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная "Дружба " с маслом	17,32	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Индейка с булгуром	58,26	200	350	12,8	15,5	39,8	3,9
Фишболы в сырном соусе	71,81	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Гарниры							
Пюре картофельное	25,37	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	5,42	25	5	0,3	0,1	1	0,1
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Компот из ягод	15,18	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
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.