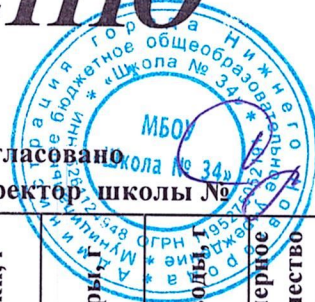


ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.09.25

Согласовано
Директор школы №



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
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/30	437	25,7	20,1	38,2	3,8
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	643	28,4	28,4	68,4	6,8
Обед 1-4 класс						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Печенье 1/20	1 шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона	115,96	825	28,1	27,7	113,2	11,3

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.

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.09.25

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
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/30	437	25,7	20,1	38,2	3,8
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	643	28,4	28,4	68,4	6,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона	115,96	825	28,1	27,7	113,2	11,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с курицей, капустой	100	213	11,7	7,5	24,8	2,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	283	12,3	8,0	40,6	4,1

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 24.09.25



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
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	140	13,6	8	3,3	0,3
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	30	98	3,1	1,5	18	1,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,6	18,8	1,8
Стоимость рациона	96,63	637	24	25	78,9	7,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	40	112	3,2	0,8	22,8	2,3
Стоимость рациона	115,96	706	26,6	23	95,2	9,5
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с курицей, капустой	100	213	11,7	7,5	24,8	2,5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	283	12,3	8,0	40,6	4,1

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 24.09.2025

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						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	75	11	0,6	0,1	1,8	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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	407	2,6	13,9	67,9	4,6

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	85	86	1,4	4,4	10,3	1,0
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	0,8	0,1
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Стоимость рациона	115,96	555	6,5	14,7	89,8	9,0

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
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	44,70	137	0,4	0,2	34,0	3,4

Инженер-технолог
Егорова Т.А.

Калькулятор
Филиппова У.А.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 24.09.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	90	13	0,7	0,1	2,2	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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	360	2,3	13,5	57,5	5,8

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	75	76	1,2	3,9	9,1	0,9
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	564	7,2	15,5	91,0	9,1

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
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	44,70	137	0,4	0,2	34,0	3,4

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 24 СЕНТЯБРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы № 34

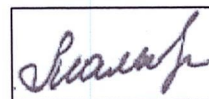
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Суп куриный с зеленью	19,84	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Вторые блюда							
Запеканка из творога со сгущённым молоком	77,15	150/30	437	25,7	20,1	38,2	3,8
Котлета рыбная	51,06	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	50,57	100	140	13,6	8,0	3,3	0,3
Гарниры							
Пюре картофельное	25,37	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	12,23	30	98	3,1	1,5	18	1,8
Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром (доп.г	15,75	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Напитки							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Компот из апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	17	1,7
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.