

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 26.09.25

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						
Шницель "Нежный "	90	219	15	12,2	11,9	1,2
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	96,63	622	22,4	19,7	88,1	8,8
Обед 1-4 класс						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	1,4
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	2,9
Горошек зелёный консервированный (доп. гарнир)	60	25	1,9	0,1	3,9	0,3
Вафли 1/18	1 шт	92	0,8	4,5	11,9	1,2
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	50	140	4	1	28,6	2,9
Стоимость рациона	115,96	750	26,3	23,2	108,6	10,8

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 26.09.25

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)						
Шницель "Нежный "	90	219	15	12,2	11,9	1,2
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	96,63	622	22,4	19,7	88,1	8,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	200	99	1,7	4,1	13,8	1,4
Макаронник с мясом	150	300	15,9	13,1	29,5	2,9
Горошек зелёный консервированный (доп.гарнир)	60	25	1,9	0,1	3,9	0,3
Вафли 1/18	1 шт	92	0,8	4,5	11,9	1,2
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	50	140	4	1	28,6	2,9
Стоимость рациона	115,96	750	26,3	23,2	108,6	10,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	199	5,6	7,2	27,9	2,8
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Стоимость рациона	44,70	339	7,6	13,6	46,9	4,7

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 26.09.25

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)						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,7
Стоимость рациона	96,63	524	20	18,2	69,7	6,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	124	2,1	5,1	17,3	1,7
Макаронник с мясом	200	399	21	17,6	39,3	3,9
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,7
Стоимость рациона	115,96	777	27,8	24,1	112,2	11,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	199	5,6	7,2	27,9	2,8
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Стоимость рациона	44,70	339	7,6	13,6	46,9	4,7

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 26.09.2025

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						
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,9
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	404	6,2	11,8	69,0	4,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
Сок фруктовый	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	519	5,5	19,5	80,9	8,1

Полдник						
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	189	2,4	6,8	29,8	3,0

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 26.09.2025

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	408	6,3	12,3	60,5	6,1

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	498	5,1	19,1	77,0	7,7

Полдник старшеклассника						
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	189	2,4	6,8	29,8	3,0

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 26 СЕНТЯБРЯ 25г

Согласовано
Директор школы № 34

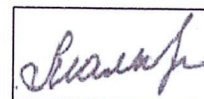
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, зеленью	14,42	250	124	2,1	5,1	17,3	1,7
Вторые блюда							
Шницель "Нежный "	50,81	90	219	15,0	12,2	11,9	1,2
Макаронник с мясом	68,16	200	399	21,0	17,6	39,3	3,9
Биточки домашние	56,07	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Гарниры							
Пюре картофельное	25,37	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Горошек зелёный консервированный(доп.гарнир)	22,00	60	25	1,9	0,1	3,9	0,3
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
Сок фруктовый	18,60	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
Компот из апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	17,0	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.