

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.10.25

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)						
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	49	137	3,9	1,1	28	2,8
Стоимость рациона	96,63	821	31,5	29,5	108	10,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками, зеленью	20/250	162	7	5,5	21	2,1
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	15	42	1,2	0,3	8,6	0,8
Стоимость рациона	115,96	710	30	20,2	99,9	10
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с мясом, рисом	100	277	12,1	13,3	27,1	2,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	298	12,3	13,4	32,1	3,2

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 16.10.25

Согласовано

М.о. Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц *
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	50	195	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1 шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	614	21,4	25,9	73,2	7,3
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками, зеленью	20/200	137	6,5	4,9	16,9	1,6
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
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
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	21	59	1,7	0,4	12	1,2
Стоимость рациона	115,96	751	30,4	20,1	110,0	11

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 16.10.25

Согласовано

И.о. Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бутерброд горячий с сыром	50	195	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	614	21,4	25,9	73,2	7,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками, зеленью	20/200	137	6,5	4,9	16,9	1,6
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	21	59	1,7	0,4	12	1,2
Стоимость рациона	115,96	751	30,4	20,1	110,0	11
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с мясом, рисом	100	277	12,1	13,3	27,1	2,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Стоимость рациона	44,70	298	12,3	13,4	32,1	3,2

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 16.10.2025

Согласовано

М.о. Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	100	98	1,5	5,0	11,3	1,1
Огурцы свежие	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
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	426	4,6	11,9	75,1	6,2

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Огурцы свежие	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Помидоры свежие	100	21	1,1	0,2	3,8	0,4
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	457	6,2	12,2	81,6	8,2

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.

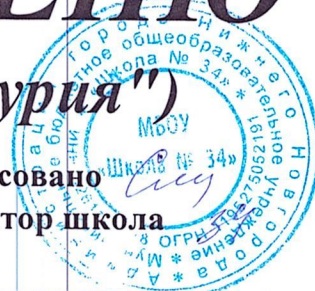
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 16.10.2025

Согласовано

И.о. Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	60	59	0,9	3,0	6,8	0,7
Огурцы свежие	50	7	0,4	0,0	1,3	0,1
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	351	3,9	9,9	61,8	6,2

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Огурцы свежие	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Помидоры свежие	70	14	0,8	0,1	2,7	0,3
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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 фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	365	3,9	5,7	75,3	7,5

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 ОКТЯБРЯ 25 г

Согласовано

И.О. Директор школы № 34

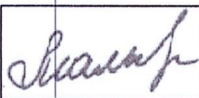
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Бутерброд горячий с сыром	36,57	50	195	8,5	12,7	11,5	1,2
Первые блюда							
Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками, зеленью	28,09	20/250	162	7	5,5	21	2,1
Вторые блюда							
Каша молочная пшённая с маслом	16,22	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Тефтели мясные в соусе томатном	60,14	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	59,24	100	156	16,3	7,8	3	0,3
Гарниры							
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,21	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0	28	2,8
Какао с молоком	14,38	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2	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.