

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 01.12.25

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 порционн	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	486	22,3	28,4	34,9	3,4
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	727	21,4	23	109,4	10,9

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 01.12.25

Согласовано

М.о. 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 порционнo	20	71	4,6	5,8	0	0
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
М а н д а р и н	1 шт	42	1	0,2	9	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	486	22,3	28,4	34,9	3,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Плов из говядины	150	214	8,6	8,6	25,7	2,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	48	134	3,8	0,9	27,5	2,7
Стоимость рациона	115,96	727	21,4	23	109,4	10,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5

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 01.12.25

Согласовано

Н.О. Директор школы № 34



Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)							
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01	
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,4	
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5	
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4	
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8	
Стоимость рациона	96,63	504	22	27,7	41,3	4,1	
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)							
Суп картофельный с горохом, зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5	
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7	
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	2	
Хлеб полезный с микронутриентами	26	53	1,8	0,3	10,8	1,1	
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9	
Стоимость рациона	115,96	663	22,3	18,3	102,2	10,2	
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)							
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1 шт	276	7,3	5,2	50,1	5	
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5	
Стоимость рациона	44,70	297	7,5	5,3	55,1	5,5	

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 01.12.2025

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						
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	333	4,2	5,5	66,7	5,5

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	200	89	1,8	4,1	11,3	1,1
Икра кабачковая	100	78	1,2	4,8	7,8	0,8
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Груша	1шт	77	0,7	0,6	17,6	1,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	115,96	340	3,9	9,6	60,6	6,1

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	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	37,6	3,8

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 01.12.2025

Согласовано
И.о. 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
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	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	399	3,7	6,2	73,8	6,0

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Икра кабачковая	100	78	1,2	4,8	7,8	0,8
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Стоимость рациона	115,96	449	5,4	10,9	82,9	8,3

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	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	37,6	3,8

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 01 ДЕКАБРЯ 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	18,41	20	71	4,6	5,8	0	0
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,96	250	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Вторые блюда							
Омлет натуральный	43,18	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Плов из говядины	89,52	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Гарниры							
Икра кабачковая (доп.гарнир)	11,09	50	39	0,6	2,4	3,9	0,4
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
Напиток из шиповника	7,60	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Сок фруктовый	18,60	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	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.