

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.12.25

Согласовано

М.Д. Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Блины " Домашние" с вареньем	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Г р у ш а	1 шт	77	0,7	0,6	17,6	1,8
Стоимость рациона	96,63	577	11	25,4	76,8	7,7
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	29,6	7,9	0,8
Котлета рубленая из куриного филе	100	229	20,2	9	16,8	1,7
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сочник с фруктовой начинкой 1/70	1 шт	289	3,5	10,9	43,5	4,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	81	2,4	0,6	16,5	1,6
Стоимость рациона	115,96	988	35,8	29,6	136,4	13,6

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 02.12.25

Согласовано
И.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 (льготный/ платный)						
Блины " Домашние" с вареньем	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Г р у ш а	1 шт	77	0,7	0,6	17,6	1,8
Стоимость рациона	96,63	577	11	25,4	76,8	7,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, с зеленью	200	72	1,4	29,6	7,9	0,8
Котлета рубленая из куриного филе	100	229	20,2	9	16,8	1,7
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сочник с фруктовой начинкой 1/70	1шт	289	3,5	10,9	43,5	4,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	30	81	2,4	0,6	16,5	1,6
Стоимость рациона	115,96	988	35,8	29,6	136,4	13,6
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8	7	64	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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 02.12.25

Согласовано

И.О. Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Жаркое по-домашнему	200	226	10,1	12	19,3	1,9
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминизированный с микронутриентами	47	132	3,8	0,9	26,9	2,7
Стоимость рациона	96,63	478	14,2	23,9	51,4	5,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем, с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рубленая из куриного филе	100	229	20,2	9	16,8	1,7
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	30	23	0,4	1,4	2,3	0,2
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	23	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминизированный с микронутриентами	19	53	1,5	0,4	10,9	1,1
Стоимость рациона	115,96	871	34,9	27,9	113,1	11,3
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1 шт	357	8,0	7	64,0	6,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона	44,70	406	8,2	7,1	76	7,6

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 02.12.2025

Согласовано

И.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						
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,9
Груша	1шт	80	0,7	0,5	17,5	1,8
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	367	3,8	17,1	49,4	4,9

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	200	72	1,4	4,0	7,9	0,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	110	23	1,2	0,2	4,2	0,4
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Груша	1шт	80	0,7	0,5	17,5	1,8
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	115,96	333	4,0	5,3	67,2	6,7

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 02.12.2025

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	250	110	0,0	0,0	27,6	2,8
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	319	1,6	10,7	54,2	5,4

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	85	17	1,0	0,2	3,3	0,3
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
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	115,96	373	3,7	5,9	77,3	7,7

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 02 ДЕКАБРЯ 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	15,65	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, с зеленью	11,46	250	91	1,7	4,9	9,9	1,0
Вторые блюда							
Блины " Домашние " с вареньем	55,64	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Жаркое по-домашнему	71,42	200	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Котлета рубленая из куриного филе	55,9	100	229	20,2	9,0	16,8	1,6
Гарниры							
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Икра кабачковая (доп.гарнир)	6,64	30	23	0,4	1,4	2,3	0,2
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 кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
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	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.