

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 04.12.25

Согласовано

Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Я б л о к о	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	585	34,4	21	64,7	6,5
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кекс для детского питания 1/28	1 шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона	115,96	783	32,3	28,7	100,1	10

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 04.12.25

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	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	585	34,4	21	64,7	6,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона	115,96	783	32,3	28,7	100,1	10
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком, глазированная	100	400	8	9	73	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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 04.12.25

Согласовано
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)						
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Вафли 1/20	1шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	46	129	3,6	0,9	26,3	2,6
Стоимость рациона	96,63	820	31,6	28,6	126	12,6
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	260	120	7,7	7	7,2	0,7
Печень по-строгановски	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,3	10,3	1
Стоимость рациона	115,96	707	31,5	29,8	79,2	7,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Нижегородская сдоба с маком , глазированная	100	400	8,0	9	73,0	7,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Стоимость рациона	44,70	486	9,1	9	86,2	8,6

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.

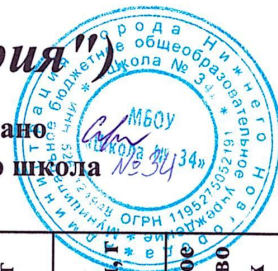
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 04.12.2025

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						
Огурцы свежие (доп.гарнир)	75	11	0,6	0,1	1,8	0,2
Груша	1шт	85	0,7	0,5	18,5	1,9
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	227	1,5	0,7	52,8	5,3

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	75	15	0,9	0,1	2,9	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
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	2,4	0,2
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	115,96	371	3,6	5,8	65,6	6,6

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	2,4	0,2
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	26,3	2,6

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 04.12.2025

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	14	0,8	0,1	2,4	0,2
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	2,4	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	262	1,5	0,7	51,1	5,1

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	95	20,0	1,0	0,2	3,6	0,4
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
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	115,96	314	3,2	5,4	63,9	6,4

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	2,4	0,2
Стоимость рациона	44,70	158	0,7	0,6	26,3	2,6

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 04 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	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	42,64	260	120	7,7	7,0	7,2	0,7
Вторые блюда							
Печенье по-строгановски	42,47	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
Биточки домашние	56,07	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Запеканка из творога со сгущённым молоком	73,32	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Гарниры							
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	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
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
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	0,5	14,3	1,4

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.