

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.12.25

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							
Макароны с сыром		180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100		1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый		200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами		33	94	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона	96,63		578	23	20,2	75,6	7,5
Обед 1-4 класс							
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью		215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
Тефтели мясные в соусе томатном		100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной		150	185	3,7	6,3	28,5	2,8
Кукуруза консервированная (доп. гарнир)		50	163	5,2	2,5	30	3
Компот из апельсинов		200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами		25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами		40	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	115,96		966	32,2	31,9	138	13,8

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 11.12.25

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)							
Макароны с сыром		180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100		1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый		200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами		33	94	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона	96,63		578	23	20,2	75,6	7,5
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)							
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами, зеленью		215	120	4,3	5,3	13,8	1,4
Тефтели мясные в соусе томатном		100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной		150	185	3,7	6,3	28,5	2,8
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)		50	163	5,2	2,5	30	3
Компот из апельсинов		200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами		25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами		40	112	3,2	0,8	22,9	2,3
Стоимость рациона	115,96		966	32,2	31,9	138	13,8
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)							
Изделие сдобное "Ярморочное 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 11.12.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	23	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	96,63	528	18,3	23,1	61,7	6,1
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с круглой,рыбными консервами, зеленью	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	115,96	878	29,3	32,2	118,7	11,9
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.

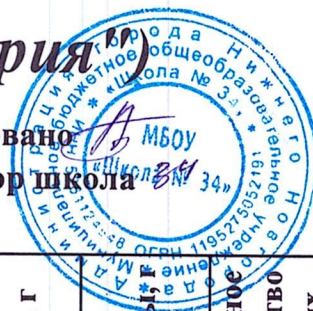
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 11.12.2025

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						
Рагу овощное	150	115	2,1	7,3	10,3	1,0
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	100	101	1,6	5,1	12,1	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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	389	4,9	12,7	63,9	6,4

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0,0	0,7	0,1
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Стоимость рациона	115,96	494	3,8	15,8	84,4	8,4

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
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	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 11.12.2025

Согласовано
И.о. Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Рагу овощное	180	138	2,5	8,8	12,4	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	90	91	1,4	4,6	10,9	1,1
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	367	5,1	13,7	56,2	5,6

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,0	1,3	0,1
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
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Стоимость рациона	115,96	435	3,5	15,3	71,3	7,1

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
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	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 11 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
Первые блюда							
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	19,03	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Вторые блюда							
Макароны с сыром	33,43	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Тефтели мясные в соусе томатном	60,32	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Гуляш из говядины	60,73	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Гарниры							
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	20,38	50	163	5,2	2,5	30	3
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
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,6
Компот из апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	17	1,7
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.

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.