

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 20.01.26

Согласовано
Директор школы М.

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная "Дружба " с маслом	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,3
Стоимость рациона	96,63	484	11,2	19,6	65,8	6,6
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе , гренокми, зеленью	25/15/200	102	9,5	0,8	14	1,4
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42	1,4	0,2	8,6	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	721	32,8	18,3	105,6	10,6

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 20.01.26

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 шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная "Дружба " с маслом	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,3
Стоимость рациона	96,63	484	11,2	19,6	65,8	6,6
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе , гренокми, зеленью	25/15/200	102	9,5	0,8	14	1,4
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42	1,4	0,2	8,6	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	115,96	721	32,8	18,3	105,6	10,6
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	0,5
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 20.01.26

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)						
Блины "Домашние" со сгущённым молоком	168/20	469	11,5	26,4	46,3	4,6
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	96,63	607	12,2	27	78,8	7,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	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	38	106	3	0,8	21,7	2,1
Стоимость рациона	115,96	738	34,8	19	106,8	10,7
Полдник 5-11 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	0,5
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 20.01.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Капуста тушеная	180	126	3,4	8,8	8,4	0,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	65	15	0,8	0,1	2,6	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
Стоимость рациона	96,63	327	4,4	9,0	57,3	5,7

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
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	5	0,3	0,1	0,8	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	433	3,4	15,4	70,8	7,1

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 20.01.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Капуста тушеная	150	105	2,8	7,3	7,0	0,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона	96,63	367	4,2	8,0	69,4	6,9

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
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	490	3,6	15,8	83,7	8,4

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.

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	29,28	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Вторые блюда							
Блины " Домашние" со сгущённым молком	52,15	168/20	469	11,5	26,4	46,3	4,6
Биточки домашние	55,68	100	198	13,8	11,3	10,1	1
Каша молочная " Дружба " с маслом	17,32	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,3
Гарниры							
Вермишель отварная	11,80	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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 апельсинов	9,74	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
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.

Калькулятор

Малышева Г.А.

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.