

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.02.26

Согласовано  
Директор школы № 34

| Наименование блюда                        | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углевода<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|---------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                  |               |                         |             |             |               |                                               |
| Масло сливочное                           | 10            | 66                      | 0,1         | 7,3         | 0,1           | 0,01                                          |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 150/35        | 455                     | 26,1        | 20,6        | 41,4          | 4,1                                           |
| Б л о к о                                 | 1шт           | 49                      | 0,4         | 0,4         | 10,8          | 1,1                                           |
| Чай с сахаром                             | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5             | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 23            | 64                      | 1,8         | 0,5         | 13,2          | 1,3                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>96,63</b>  | <b>655</b>              | <b>28,6</b> | <b>28,9</b> | <b>70,5</b>   | <b>7</b>                                      |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |               |                         |             |             |               |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью     | 210           | 99                      | 6,4         | 5,9         | 5,8           | 0,6                                           |
| Печень по-строгановски                    | 100           | 166                     | 12          | 9,7         | 7,6           | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                        | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9          | 2,8                                           |
| Компот из ягод                            | 200           | 49                      | 0,2         | 0,1         | 12            | 1,2                                           |
| 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       | 43            | 120                     | 3,4         | 0,9         | 24,6          | 2,4                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>115,96</b> | <b>789</b>              | <b>30,9</b> | <b>28</b>   | <b>104,4</b>  | <b>10,4</b>                                   |

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 05.02.26

Согласовано  
Директор школы № 34



| Наименование блюда                             | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных единиц* |
|------------------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>  |               |                    |             |             |              |                                      |
| Масло сливочное                                | 10            | 66                 | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                 |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком      | 150/35        | 455                | 26,1        | 20,6        | 41,4         | 4,1                                  |
| Я б л о к о                                    | 1шт           | 49                 | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                  |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами            | 23            | 64                 | 1,8         | 0,5         | 13,2         | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>96,63</b>  | <b>655</b>         | <b>28,6</b> | <b>28,9</b> | <b>70,5</b>  | <b>7</b>                             |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Солянка домашняя со сметаной,зеленью           | 210           | 99                 | 6,4         | 5,9         | 5,8          | 0,6                                  |
| Печень по-строгановски                         | 100           | 166                | 12          | 9,7         | 7,6          | 0,7                                  |
| Вермишель отварная                             | 150           | 178                | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                  |
| Компот из ягод                                 | 200           | 49                 | 0,2         | 0,1         | 12           | 1,2                                  |
| 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            | 43            | 120                | 3,4         | 0,9         | 24,6         | 2,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>115,96</b> | <b>789</b>         | <b>30,9</b> | <b>28</b>   | <b>104,4</b> | <b>10,4</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b> |               |                    |             |             |              |                                      |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100              | 1шт           | 330                | 4,5         | 11,5        | 52,5         | 5,2                                  |
| Чай с сахаром                                  | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                       | <b>44,70</b>  | <b>351</b>         | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>5,7</b>                           |

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 05.02.26

Согласовано  
Директор школы № 34

| Наименование блюда                            | Выход (г)     | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-----------------------------------------------|---------------|-------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| 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         | 1,6                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами           | 48            | 134                     | 3,8         | 1,0         | 27,5         | 2,8                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>96,63</b>  | <b>825</b>              | <b>31,8</b> | <b>28,7</b> | <b>127,3</b> | <b>12,7</b>                                   |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                         |             |             |              |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью         | 260           | 120                     | 7,7         | 7           | 7,2          | 0,7                                           |
| Печень по-строгановски                        | 100           | 166                     | 12          | 9,7         | 7,6          | 0,7                                           |
| Вермишель отварная                            | 150           | 178                     | 5,4         | 4,9         | 27,9         | 2,8                                           |
| 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              | 20            | 42                      | 1,4         | 0,2         | 8,6          | 0,9                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>115,96</b> | <b>651</b>              | <b>28,4</b> | <b>28,1</b> | <b>72</b>    | <b>7,2</b>                                    |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b> |               |                         |             |             |              |                                               |
| Слойка с фруктовой начинкой 1/100             | 1шт           | 330                     | 4,5         | 11,5        | 52,5         | 5,2                                           |
| Чай с сахаром                                 | 200           | 21                      | 0,2         | 0,1         | 5,0          | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                      | <b>44,70</b>  | <b>351</b>              | <b>4,7</b>  | <b>11,6</b> | <b>57,5</b>  | <b>5,7</b>                                    |

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 05.02.2026

Согласовано

Директор школы



| Наименование блюда                    | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г   | Жиры, г    | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |              |                    |            |            |             |                                      |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)            | 100          | 14                 | 0,8        | 0,1        | 2,4         | 0,2                                  |
| Яблоко                                | 1шт          | 49                 | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1                                  |
| 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>96,63</b> | <b>194</b>         | <b>1,4</b> | <b>0,6</b> | <b>45,7</b> | <b>4,6</b>                           |

|                                        |               |            |            |            |             |            |
|----------------------------------------|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b> |               |            |            |            |             |            |
| Суп картофельный с зеленью             | 250           | 108        | 2,0        | 5,1        | 14,0        | 1,4        |
| 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        |
| Яблоко                                 | 1шт           | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| Компот из ягод                         | 200           | 49         | 0,2        | 0,1        | 12,0        | 1,2        |
| <b>Стоимость рациона</b>               | <b>115,96</b> | <b>366</b> | <b>3,4</b> | <b>5,7</b> | <b>75,6</b> | <b>7,6</b> |

|                          |              |            |            |            |             |            |
|--------------------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Полдник</b>           |              |            |            |            |             |            |
| 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          | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>44,70</b> | <b>145</b> | <b>0,6</b> | <b>0,5</b> | <b>34,7</b> | <b>3,5</b> |

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 05.02.2026

Согласовано  
Директор школы



| Наименование блюда             | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г   | Жиры, г    | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--------------------------------|--------------|--------------------|------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак старшеклассника</b> |              |                    |            |            |             |                                      |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)     | 60           | 8                  | 0,5        | 0,0        | 1,5         | 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>       | <b>96,63</b> | <b>194</b>         | <b>0,7</b> | <b>0,1</b> | <b>47,8</b> | <b>4,8</b>                           |

|                              |               |            |            |            |             |            |
|------------------------------|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Обед старшеклассника</b>  |               |            |            |            |             |            |
| Суп картофельный с зеленью   | 250           | 108        | 2,0        | 5,1        | 14,0        | 1,4        |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 60            | 14         | 0,7        | 0,1        | 2,4         | 0,2        |
| Пюре фруктовое               | 125           | 55         | 0,0        | 0,0        | 13,8        | 1,4        |
| Яблоко                       | 1шт           | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| 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        |
| <b>Стоимость рациона</b>     | <b>115,96</b> | <b>357</b> | <b>3,3</b> | <b>5,7</b> | <b>73,5</b> | <b>7,4</b> |

|                                |              |            |            |            |             |            |
|--------------------------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Полдник старшеклассника</b> |              |            |            |            |             |            |
| 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          | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| <b>Стоимость рациона</b>       | <b>44,70</b> | <b>145</b> | <b>0,6</b> | <b>0,5</b> | <b>34,7</b> | <b>3,5</b> |

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.



Согласовано  
Директор школы

| Наименование блюда                        | Цена  | Выход (г) | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------|-------|-----------|-------------------------|----------|---------|-------------|-----------------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                     |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Масло сливочное                           | 10,43 | 10        | 66                      | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,01                                          |
| <b>Первые блюда</b>                       |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Солянка домашняя со сметаной, зеленью     | 42,37 | 260       | 120                     | 7,7      | 7,0     | 7,2         | 0,7                                           |
| <b>Вторые блюда</b>                       |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Печенье по-строгановски                   | 45,98 | 100       | 166                     | 12,0     | 9,7     | 7,6         | 0,7                                           |
| Биточки домашние                          | 55,68 | 100       | 198                     | 13,8     | 11,3    | 10,1        | 1,0                                           |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 77,7  | 150/35    | 455                     | 26,1     | 20,6    | 41,4        | 4,1                                           |
| <b>Гарниры</b>                            |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Вермишель отварная                        | 11,80 | 180       | 212                     | 6,5      | 5,7     | 33,5        | 3,4                                           |
| Каша гречневая рассыпчатая                | 13,20 | 180       | 296                     | 10,2     | 8,8     | 44,1        | 4,4                                           |
| <b>Напитки</b>                            |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| 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 ягод                            | 15,18 | 200       | 49                      | 0,2      | 1,0     | 12          | 1,2                                           |
| Кофейный напиток быстрорастворимый        | 10,63 | 200       | 93                      | 2,6      | 1,8     | 16,6        | 1,7                                           |
| <b>Хлеб</b>                               |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| 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.

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.