

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.03.26

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
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
Стоимость рациона	96,63	655	28,6	28,9	70,5	7
Обед 1-4 класс						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	115,96	797	27,3	27,5	107,5	10,7

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 25.03.26

Согласовано
Директор школы №



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	150/35	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
Стоимость рациона	96,63	655	28,6	28,9	70,5	7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Печенье 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона	115,96	797	27,3	27,5	107,5	10,7
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64,0	6,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	427	8,6	7,5	79,8	8

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 25.03.26

Согласовано
Директор школы №



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	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Пюре фруктовое 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
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
Стоимость рациона	96,63	604	10,7	25,2	83,8	8,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
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	28	78	2,2	0,6	16	1,6
Стоимость рациона	115,96	672	25,6	22,8	88,4	8,8
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Плюшка домашняя 1/100	1шт	357	8,0	7	64	6,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	44,70	427	8,6	7,5	79,8	8

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 25.03.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Огурцы свежие	70	10	0,6	0,0	1,8	0,2
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	302	2,2	13,4	43,3	4,3

Обед старшекласника						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	80	81	1,3	4,1	9,7	1,0
Яблоко	2шт	98	0,4	0,4	21,6	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	569	6,9	15,3	91,6	9,2

Полдник старшекласника						
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
Стоимость рациона	44,70	145	0,6	0,5	34,7	3,5

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 № 34

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	703	0,1	0,01
Суп куриный с зеленью	20,28	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета рыбная	52,84	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Блины " Домашние " со сгущённым молоком	55,73	168/30	479	10,1	24,7	54,2	5,4
Запеканка из творога со сгущённым молоком	77,7	150/35	455	26,1	20,6	41,4	4,1
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	15,51	70	71	1,1	3,6	8,5	0,8
<i>Постные блюда</i>							
Суп картофельный с вермишелью, зеленью	11,58	250	119	2,7	2,8	16,2	1,6
Котлета свекольная	8,58	100	172	3,7	7,8	18,8	1,9
Пюре картофельное с маслом растительным	16,03	180	151	3	5,6	13,8	1,4
<i>Напитки</i>							
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	69	0,2	0,1	17,0	1,7
<i>Хлеб</i>							
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	0,5	14,3	1,4

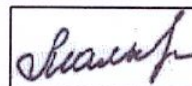
Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.



Калькулято

в
Мальшева 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.