

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 26.03.26

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</b>						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	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 микроэлементами	45	126	3,6	0,9	25,7	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>490</b>	<b>10,8</b>	<b>19,2</b>	<b>68,3</b>	<b>6,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Наггетсы "Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Вареники 1/20	1шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>850</b>	<b>39,2</b>	<b>24,9</b>	<b>127,1</b>	<b>12,7</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 26.03.26

Согласовано  
Директор школы № 33



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 шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	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	45	126	3,6	0,9	25,7	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>490</b>	<b>10,8</b>	<b>19,2</b>	<b>68,3</b>	<b>6,8</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с горохом,зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Вафли 1/20	1шт	104	1,4	5,8	29	2,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>850</b>	<b>39,2</b>	<b>24,9</b>	<b>127,1</b>	<b>12,7</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>297</b>	<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>5,5</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 26.03.2026

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>						
Капуста тушеная	150	105	2,8	7,3	7,0	0,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	14	0,8	0,1	2,7	0,3
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,63</b>	<b>286</b>	<b>5,2</b>	<b>8,1</b>	<b>48,3</b>	<b>2,5</b>

<b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>						
Суп картофельный с зеленью	200	89	1,8	4,1	11,3	1,1
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>115,96</b>	<b>413</b>	<b>4,8</b>	<b>14,4</b>	<b>58,7</b>	<b>5,9</b>

<b>Полдник</b>						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>44,70</b>	<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>29,6</b>	<b>3,0</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.

Меню учителя на 26 МАРТА 2020 г

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом,зеленью	9,63	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
<b>Вторые блюда</b>							
Каша молочная рисовая с маслом	16,76	150/5	163	4,0	6,1	22,8	2,3
Митболлы в томатном соусе	68,05	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Наггетсы " Классические"	86,91	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
<b>Гарниры</b>							
Рожки отварные	11,8	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
<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
Сок фруктовый	11,92	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0	13,2	1,3
<b>Постные блюда</b>							
Суп картофельный с горохом,зеленью	9,63	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Котлета картофельная	12,95	100	160	2,9	7,4	14,3	1,4
Рожки отварные с овощами,зелёным горошком	12,96	150	209	5,3	9,3	15,8	1,6
Рис отварной	7,91	180	232	4,3	3,5	33,6	3,4
<b>Хлеб</b>							
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.

Калькулято  
р  
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.