

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.04.26

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
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
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	85	2,4	0,6	17,2	1,7
Стоимость рациона	96,63	588	20,2	18,3	85,3	8,5
Обед 1-4 класс						
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
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	30	4	0,2	0	0,8	0,08
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	2,0
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона	115,96	741	35,5	20,7	103	10,3

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 16.04.26

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)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микроэлементами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона	96,63	508	16,7	24,1	56	5,6
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона	115,96	642	34,1	22,1	77	7,7
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
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	0,5
Стоимость рациона	44,70	351	4,7	11,6	57,5	5,7

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 16.04.2026

Согласовано
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
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0,0	0,7	0,1
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
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	96,63	386	4,1	12,5	64,3	6,4

Обед 1-4 классы Указ Президента						
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
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	5	0,3	0,1	0,8	0,1
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
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	511	4,2	15,1	89,4	8,9

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	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	138	0,7	0,6	32,5	3,3

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 16.04.2026

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Рагу овощное	180	138	2,5	8,8	12,4	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	60	59	0,9	3,0	6,8	0,7
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	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	96,63	363	3,6	11,9	60,4	6,0

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Обед старшекласника						
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)	30	6	0,3	0,1	1,1	0,1
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	115,96	476	4,4	16,1	78,6	7,9

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Полдник старшекласника						
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	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	44,70	138	0,7	0,6	32,5	3,3

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 буфетной продукции на 16 АПРЕЛЯ 2026 г

Согласовано МБОУ
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 шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,63	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
<i>Вторые блюда</i>							
Макароны с сыром	34,93	180	278	10,2	13,5	29,0	2,9
Наггетсы " Классические"	86,91	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Гуляш из говядины	60,52	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	11,8	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
<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
Напиток из шиповника	7,60	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28	2,8
<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	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

в
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.