

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 21.04.26

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 "Дружба " с маслом                            | 150/5         | 168                | 4,7         | 6,6         | 22,5         | 2,3                                  |
| Чай с сахаром   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Йогурт 1/100  | 1 шт          | 82                 | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                         | 41            | 115                | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 2,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>96,63</b>  | <b>484</b>         | <b>11,2</b> | <b>19,6</b> | <b>65,8</b>  | <b>6,6</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                                       |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп куриный с зеленью                                       | 200           | 77                 | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 0,9                                  |
| Жаркое по-домашнему   | 150           | 182                | 9,3         | 9,7         | 14           | 1,4                                  |
| 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                                  |
| 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                         | 52            | 146                | 4,2         | 1           | 29,7         | 3,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>115,96</b> | <b>722</b>         | <b>20,1</b> | <b>23,3</b> | <b>105,1</b> | <b>10,5</b>                          |

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 21.04.26

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 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                                  |
| Чай с сахаром   | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                  |
| Йогурт 1/100  | 1 шт          | 82                 | 2,8         | 2,8         | 11,5         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                         | 41            | 115                | 3,3         | 0,8         | 23,5         | 2,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>96,63</b>  | <b>484</b>         | <b>11,2</b> | <b>19,6</b> | <b>65,8</b>  | <b>6,6</b>                           |
| <b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>                   |               |                    |             |             |              |                                      |
| Суп куриный с зеленью                                       | 200           | 77                 | 1,8         | 2,4         | 9,4          | 0,9                                  |
| Жаркое по-домашнему   | 150           | 182                | 9,3         | 9,7         | 14           | 1,4                                  |
| 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                                  |
| 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                         | 52            | 146                | 4,2         | 1           | 29,7         | 3,0                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>115,96</b> | <b>722</b>         | <b>20,1</b> | <b>23,3</b> | <b>105,1</b> | <b>10,5</b>                          |
| <b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>               |               |                    |             |             |              |                                      |
| Нижегородская слоба с маком, глазированная 1/100            | 1шт           | 400                | 8,0         | 9           | 73,0         | 7,3                                  |
| Компот из кураги  | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2         | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                                    | <b>44,70</b>  | <b>486</b>         | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b>  | <b>8,6</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 21.04.26

Согласовано  
Директор школы № 34



| Наименование блюда                               | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Масло шоколадное                                 | 15            | 98                 | 0,2         | 9,3         | 3,3         | 0,3                                  |
| Котлета рубленая из куриного филе                | 100           | 229                | 20,2        | 9           | 16,8        | 1,7                                  |
| Рис отварной                                     | 180           | 220                | 4,4         | 7,5         | 33,7        | 3,4                                  |
| Чай с лимоном                                    | 200/7         | 23                 | 0,3         | 0,1         | 5,2         | 0,5                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 50            | 140                | 4,0         | 1,0         | 28,6        | 2,8                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>96,63</b>  | <b>710</b>         | <b>29,1</b> | <b>26,9</b> | <b>87,6</b> | <b>8,7</b>                           |
| <b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>       |               |                    |             |             |             |                                      |
| Суп куриный с зеленью                            | 250           | 96                 | 2,3         | 3           | 11,7        | 1,1                                  |
| Жаркое по-домашнему                              | 200           | 239                | 12,4        | 12,7        | 18,7        | 1,9                                  |
| Чай с сахаром                                    | 200           | 21                 | 0,2         | 0,1         | 5           | 0,5                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                 | 25            | 53                 | 1,8         | 0,3         | 10,8        | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами              | 25            | 70                 | 2           | 0,5         | 14,3        | 1,4                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>115,96</b> | <b>479</b>         | <b>18,7</b> | <b>16,6</b> | <b>60,5</b> | <b>6</b>                             |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b>    |               |                    |             |             |             |                                      |
| Нижегородская сдоба с маком, глазированная 1/100 | 1 шт          | 400                | 8,0         | 9           | 73          | 7,3                                  |
| Компот из кураги                                 | 200           | 86                 | 1,1         | 0           | 13,2        | 1,3                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                         | <b>44,70</b>  | <b>486</b>         | <b>9,1</b>  | <b>9</b>    | <b>86,2</b> | <b>8,6</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 21.04.2026

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> |              |                    |            |             |             |                                      |
| Овощи свежие с маслом                 | 100          | 106                | 0,9        | 10,1        | 2,8         | 0,3                                  |
| Пюре фруктовое                        | 125          | 55                 | 0,0        | 0,0         | 13,8        | 1,4                                  |
| Яблоко                                | 1шт          | 62                 | 0,5        | 0,5         | 13,7        | 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                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>96,63</b> | <b>334</b>         | <b>1,6</b> | <b>10,7</b> | <b>57,7</b> | <b>2,7</b>                           |

|   |               |            |            |             |             |            |
|---|---------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>          |               |            |            |             |             |            |
| Суп картофельный с зеленью                      | 250           | 108        | 2,0        | 5,1         | 14,0        | 1,4        |
| Рагу овощное                                    | 150           | 115        | 2,1        | 7,3         | 10,3        | 1,0        |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 50            | 49         | 0,8        | 2,5         | 5,7         | 0,6        |
| Яблоко  | 1шт           | 62         | 0,5        | 0,5         | 13,7        | 1,4        |
| Пюре фруктовое                                  | 125           | 55         | 0,0        | 0,0         | 13,8        | 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        |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>548</b> | <b>5,6</b> | <b>15,5</b> | <b>96,9</b> | <b>9,7</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          | 62         | 0,5        | 0,5        | 13,7        | 1,4        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>44,70</b> | <b>138</b> | <b>0,7</b> | <b>0,6</b> | <b>32,5</b> | <b>3,3</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 21.04.2026

Согласовано:  
Директор школы



| Наименование блюда            | Выход (г)    | Калорийность, Ккал | Белки, г   | Жиры, г     | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|-------------------------------|--------------|--------------------|------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак старшекласника</b> |              |                    |            |             |             |                                      |
| Овощи свежие с маслом         | 100          | 106                | 0,9        | 10,1        | 2,8         | 0,3                                  |
| Огурцы свежие (доп.гарнир)    | 40           | 6                  | 0,3        | 0,0         | 1,0         | 0,1                                  |
| Сок фруктовый фасованный      | 200          | 90                 | 0,0        | 0,0         | 22,4        | 2,2                                  |
| Яблоко                        | 1шт          | 62                 | 0,5        | 0,5         | 13,7        | 1,4                                  |
| Чай с сахаром                 | 200          | 21                 | 0,2        | 0,1         | 5,0         | 0,5                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>      | <b>96,63</b> | <b>285</b>         | <b>1,9</b> | <b>10,8</b> | <b>44,9</b> | <b>4,1</b>                           |

|   |               |            |            |             |             |            |
|---|---------------|------------|------------|-------------|-------------|------------|
| <b>Обед старшекласника</b>                      |               |            |            |             |             |            |
| Суп картофельный с зеленью                      | 250           | 108        | 2,0        | 5,1         | 14,0        | 1,4        |
| Рагу овощное                                    | 180           | 138        | 2,5        | 8,8         | 12,4        | 1,2        |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 100           | 101        | 1,6        | 5,1         | 12,1        | 1,2        |
| Мандарин  | 1шт           | 62         | 0,5        | 0,5         | 13,7        | 1,4        |
| Чай с сахаром                                   | 200           | 21         | 0,2        | 0,1         | 5,0         | 0,5        |
| Сок фруктовый фасованный                        | 200           | 90         | 0,0        | 0,0         | 22,4        | 2,2        |
| <b>Стоимость рациона</b>                        | <b>115,96</b> | <b>520</b> | <b>6,8</b> | <b>19,6</b> | <b>79,6</b> | <b>8,0</b> |

|                               |              |            |            |            |             |            |
|-------------------------------|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Полдник старшекласника</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          | 62         | 0,5        | 0,5        | 13,7        | 1,4        |
| <b>Стоимость рациона</b>      | <b>44,70</b> | <b>138</b> | <b>0,7</b> | <b>0,6</b> | <b>32,5</b> | <b>3,3</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 буфетной продукции на 21 АПРЕЛЯ 2026 г



| 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                                  |
| Суп куриный с зеленью                           | 20,28 | 250       | 96                 | 2,3      | 3,0     | 11,7        | 1,1                                  |
| <i>Вторые блюда</i>                             |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Каша молочная "Дружба" с маслом                 | 17,32 | 150/5     | 168                | 4,7      | 6,6     | 22,5        | 2,3                                  |
| Котлета рубленая из куриного филе               | 48,41 | 100       | 229                | 20,2     | 9,0     | 16,8        | 1,7                                  |
| Жаркое по-домашнему                             | 87,6  | 200       | 239                | 12,4     | 12,7    | 18,7        | 1,9                                  |
| <i>Гарниры</i>                                  |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром | 15,51 | 70        | 71                 | 1,1      | 3,6     | 8,5         | 0,8                                  |
| 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                                    |
| Компот из апельсинов                            | 9,74  | 200       | 69                 | 0,2      | 0,1     | 17,0        | 1,7                                  |
| Чай с лимоном                                   | 3,14  | 200/7     | 23                 | 0,3      | 0,1     | 5,2         | 0,5                                  |
| <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  
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.