

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 06.05.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Блины "Домашние" с вареньем	168/40	508	10,1	24,7	61,6	6,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Г р у ш а	1 шт	80	0,7	0,5	17,5	1,7
Стоимость рациона	101,46	611	11,1	25,3	84,3	8,4
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Ёжики " Аппетитные "	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0,04	0,7	0,1
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,8	1,5
Стоимость рациона	121,76	753	24,2	24,54	108,7	10,9

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 06.05.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Блины "Домашние" с вареньем	168/40	508	10,1	24,7	61,6	6,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Груша	1 шт	80	0,7	0,5	17,5	1,7
Стоимость рациона	101,46	611	11,1	25,3	84,3	8,4
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,1
Ёжики "Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0,04	0,7	0,1
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,8	1,5
Стоимость рациона	121,76	753	24,2	24,54	108,7	10,9
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Сдоба "Аппетитная" с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	9,1

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 06.05.26



Согласовано
Директор школы № 34

Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	15	99	0,12	10,4	0,2	0,02
Гуляш из говядины	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
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	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона	101,46	553	15,6	27,2	60,2	6
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
Ёжики "Аппетитные"	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Пюре картофельное	180	130	3,8	6,3	14,5	1,5
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0,04	0,7	0,1
Напиток из шиповника	200	84	0,7	0,3	19,6	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	24	67	1,9	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	121,76	704	24	25,04	95,9	9,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба "Аппетитная" с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1 шт	270	6,5	6,5	86	8,6
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона	46,94	293	6,8	6,6	91,3	9,1

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 06.05.2026

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						
Капуста тушеная	150	105	2,8	7,3	7,0	0,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	18	1,0	0,2	3,0	0,3
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Груша	1шт	80	0,7	0,5	17,5	1,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Стоимость рациона	101,46	279	4,7	8,1	46,3	4,6

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	200	89	1,8	4,1	11,3	1,1
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,4	0,2
Груша	1шт	80	0,7	0,5	17,5	1,8
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	121,76	392	5,9	9,5	70,1	7,0

Полдник						
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
Стоимость рациона	46,94	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 06.05.2026

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Капуста тушеная	180	126	3,4	8,8	8,4	0,8
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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	101,46	354	4,1	9,4	63,3	6,3

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
Огурцы свежие (доп. гарнир)	90	13	0,7	0,1	2,2	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
Напиток из шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
Стоимость рациона	121,76	521	6,4	11,1	90,8	9,1

Полдник старшекласника						
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
Стоимость рациона	46,94	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 06 МАЯ 2026 г

Согласовано
 Директор школы № 34

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	15,65	15	99	0,12	10,4	0,2	0,02
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с гренками, зеленью	27,96	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
<i>Вторые блюда</i>							
Блины " Домашние " с вареньем	59	168/40	508	10,1	24,7	61,6	6,2
Ёжики "Аппетитные"	47,59	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,3
Гуляш из говядины	60,52	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	25,36	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	6,28	25	4	0,2	0,04	0,7	0,01
<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
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
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4

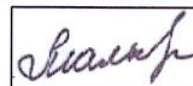
Инженер-технолог

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.