

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.05.26

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>						
Макароны с сыром	185	295	11,3	14,8	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 микроэлементами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>101,46</b>	<b>607</b>	<b>21,4</b>	<b>19,6</b>	<b>85,8</b>	<b>8,5</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
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
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
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
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>121,76</b>	<b>843</b>	<b>37,5</b>	<b>24</b>	<b>118,9</b>	<b>11,9</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 14.05.26

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Макароны с сыром	185	295	11,3	14,8	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	31	87	2,5	0,6	17,7	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>101,46</b>	<b>607</b>	<b>21,4</b>	<b>19,6</b>	<b>85,8</b>	<b>8,5</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
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
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
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
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>121,76</b>	<b>843</b>	<b>37,5</b>	<b>24</b>	<b>118,9</b>	<b>11,9</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,3
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>46,94</b>	<b>353</b>	<b>4,8</b>	<b>11,6</b>	<b>57,8</b>	<b>5,8</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 14.05.2026

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>						
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)	45	6	0,4	0,0	1,1	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>101,46</b>	<b>388</b>	<b>4,3</b>	<b>12,5</b>	<b>64,7</b>	<b>6,5</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
Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	7	0,4	0,1	1,3	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>121,76</b>	<b>513</b>	<b>4,3</b>	<b>15,1</b>	<b>89,9</b>	<b>9,0</b>

<b>Полдник</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>46,94</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 учителя на 14 МАЯ 2026 г



Согласовано  
Директор школы № 34

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, 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
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,63	250	120	7,7	7,0	7,2	0,7
<b>Вторые блюда</b>							
Макароны с сыром	40,08	185	295	11,3	14,8	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
<b>Гарниры</b>							
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
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	7,54	30	4	0,2	0	0,8	0,08
<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
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0,0	28	2,8
Напиток из шиповника	7,60	200	84	0,7	0,3	19,6	2
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микроэлементами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микроэлементами	4,56	25	70	2	0,5	14,3	1,4

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.