

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 20.05.26

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой , с маслом	180/10	694	10	30,6	94,6	9,5
Чай с лимоном	200/5	22	0,3	0,1	5,2	0,5
Яблоко	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Стоимость рациона	101,46	778	10,8	31,2	113,5	11,4
Обед 1-4 класс						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рыбная с маслом	100/5	283,5	15,3	16,6	18,4	1,8
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Вафли 1/20	1шт	110	0,8	7	10,8	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	30	64	2,2	0,6	12,9	1,3
Батон витаминный с микроэлементами	55	154	4,4	1,1	31,5	3,1
Стоимость рациона	121,76	981,5	29,6	37,9	131	13

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 20.05.26

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 сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Гуляш из индейки	100	130	7,2	10	2,9	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,5	2,1
Стоимость рациона	101,46	647	20,6	30,5	72,7	7,2
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Котлета рыбная с маслом	100/5	283,5	15,3	16,6	18,4	1,8
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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	45	126	3,6	0,9	25,7	2,6
Стоимость рациона	121,076	946,5	28,7	36,5	126,2	12,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Сдоба Appetitная с начинкой фруктово-ягодной 1/100	1шт	270	6,5	6,5	86,0	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 20.05.2026

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						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Огурцы свежие (доп. гарнир)	45	6	0,4	0,0	1,1	0,1
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
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	101,46	395	2,5	13,9	65,0	5,5

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,2
Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	11	0,6	0,1	2,0	0,2
Яблоко	2шт	124	1,0	1,0	27,4	2,7
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	121,76	470	6,0	10,8	85,1	8,5

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 20.05.2026

Согласовано

Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	85	86	1,3	4,4	10,3	1,0
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	413	2,9	17,8	60,5	4,1

Обед старшеклассника						
Борщ со свежей капустой и картофелем с зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Пюре картофельное	180	151	3,0	5,6	13,8	1,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	80	81	1,3	4,1	9,7	1,0
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Стоимость рациона	121,76	524	6,2	14,7	81,5	8,2

Полдник старшеклассника						
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 20 МАЯ 2026 г

Согласовано
Директор школы № 34

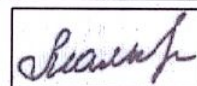
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	15,65	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	9,78	250	91	1,7	4,9	9,9	0,9
Вторые блюда							
Оладьи-сэндвичи с варёной сгущёнкой	81,75	180	594	9,9	18,9	94,5	9,5
Котлета рыбная	52,84	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Гуляш из индейки	65	100	130	7,2	10,0	2,9	0,2
Гарниры							
Рис отварной	16,37	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	13,2	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Огурцы сведие (доп.гарнир)	17,58	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Напитки							
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 ягод	15,18	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Чай с лимоном	3,14	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	4,56	25	70	2	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

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.