

34

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.05.26

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,1
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207	6,4	7,6	28,3	2,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1 шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микроэлементами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>101,46</b>	<b>671</b>	<b>22,6</b>	<b>25,5</b>	<b>87,5</b>	<b>8,7</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Огурцы свежие (доп. гарнир)	25	4	0,2	0	0,7	0,07
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>121,76</b>	<b>844</b>	<b>36,1</b>	<b>27,7</b>	<b>112,6</b>	<b>11,2</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 21.05.26

Согласовано Школа № 34»  
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>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,1
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207	6,4	7,6	28,3	2,8
Кисломолочный продукт " Би о л а к т " 1/100	1 шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микроэлементами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>101,46</b>	<b>671</b>	<b>22,6</b>	<b>25,5</b>	<b>87,5</b>	<b>8,7</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный )</b>						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	25	4	0,2	0	0,7	0,07
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>121,76</b>	<b>844</b>	<b>36,1</b>	<b>27,7</b>	<b>112,6</b>	<b>11,2</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный )</b>						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>46,94</b>	<b>299</b>	<b>7,6</b>	<b>5,3</b>	<b>55,4</b>	<b>5,5</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 21.05.26

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>						
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	50	12	0,6	0,1	2	0,2
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
<b>Стоимость рациона</b>		<b>101,46</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>76,6</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с горохом,зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	117	3,4	0,8	24,2	2,4
<b>Стоимость рациона</b>		<b>121,76</b>	<b>36,2</b>	<b>23,1</b>	<b>121,2</b>	<b>12,1</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
<b>Стоимость рациона</b>		<b>46,94</b>	<b>7,6</b>	<b>5,3</b>	<b>55,4</b>	<b>5,5</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 21.05.2026

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>						
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	70	71	1,1	3,6	8,5	0,9
Огурцы свежие	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
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
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>101,46</b>	<b>307</b>	<b>2,3</b>	<b>4,2</b>	<b>64,9</b>	<b>5,5</b>

<b>Обед 1-4 классы Указ Президента</b>						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие	70	14	0,8	0,1	2,7	0,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	75	10	0,6	0,0	1,9	0,2
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>121,76</b>	<b>360</b>	<b>4,1</b>	<b>5,8</b>	<b>73,5</b>	<b>7,4</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>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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 21.05.2026

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак старшекласника</b>						
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
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>101,46</b>	<b>309</b>	<b>2,0</b>	<b>4,7</b>	<b>64,6</b>	<b>6,5</b>

<b>Обед старшекласника</b>						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие	80	18	1,0	0,2	3,0	0,3
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>121,76</b>	<b>354</b>	<b>3,7</b>	<b>5,9</b>	<b>71,9</b>	<b>7,2</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>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 21 МАЯ 2026 г

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Бутерброд горячий с сыром	34,61	45	173	7,2	11	11,5	1,2
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,63	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
<b>Вторые блюда</b>							
Биточки с сыром	80,31	100	213	19,0	11,0	9,4	0,9
Тефтели мясные в соусе томатном	59,64	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,5
Каша молочная пшённая с маслом	19,88	200/5	207	6,4	7,6	28,3	2,8
<b>Гарниры</b>							
Рис отварной	16,37	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Рожки отварные	11,8	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	15,03	50	12	0,6	0,1	2	0,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	6,28	25	4	0,2	0	0,7	0,07
<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
Какао с молоком	13,73	200	124	3,6	3,0	20,8	2,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	9,79	200	112	0,0	0	28,0	2,8
Сок фруктовый	11,92	200	41	0,2	0,1	10,1	1
<b>Хлеб</b>							
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.