

34

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 01.09.26



| Наименование блюда                        | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 класс</b>                  |               |                            |             |             |              |                                               |
| Масло сливочное                           | 10            | 66                         | 0,1         | 7,3         | 0,1          | 0,01                                          |
| Сыр порционнo                             | 15            | 53                         | 3,5         | 4,4         | 0            | 0                                             |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 150/35        | 455                        | 26,1        | 20,6        | 41,4         | 4,1                                           |
| Фруктовое пюре 1/125                      | 1шт           | 55                         | 0           | 0           | 13,8         | 1,4                                           |
| Чай с сахаром                             | 200           | 21                         | 0,2         | 0,1         | 5            | 0,5                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 29            | 81                         | 2,3         | 0,6         | 16,6         | 1,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>101,46</b> | <b>731</b>                 | <b>32,2</b> | <b>33</b>   | <b>76,9</b>  | <b>7,6</b>                                    |
| <b>Обед 1-4 класс</b>                     |               |                            |             |             |              |                                               |
| Суп сырный с гречками, зеленью            | 200/15        | 145                        | 3,8         | 4,8         | 21,7         | 2,1                                           |
| Плов из говядины                          | 150           | 229                        | 8,9         | 8,9         | 28,2         | 2,8                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)             | 40            | 10                         | 0,4         | 0,1         | 1,5          | 0,1                                           |
| 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                                           |
| Я б л о к о                               | 1шт           | 49                         | 0,4         | 0,4         | 10,8         | 1,1                                           |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 25            | 53                         | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 28            | 78                         | 2,2         | 0,6         | 16,0         | 1,6                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>                  | <b>121,76</b> | <b>737</b>                 | <b>19,4</b> | <b>21,4</b> | <b>116,7</b> | <b>11,6</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 01.09.2026



Согласовано  
Директор школы

| Наименование блюда                    | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г   | Жиры, г    | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|---------------------------------------|---------------|----------------------------|------------|------------|----------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b> |               |                            |            |            |                |                                               |
| Пюре картофельное                     | 180           | 151                        | 3,0        | 5,6        | 13,8           | 1,4                                           |
| Помидоры свежие (доп гарнир)          | 60            | 13                         | 0,7        | 0,1        | 2,3            | 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                                           |
| Яблоко                                | 1шт           | 60                         | 0,5        | 0,5        | 13,1           | 1,1                                           |
| Чай с сахаром                         | 200           | 21                         | 0,2        | 0,1        | 5,0            | 0,5                                           |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>101,46</b> | <b>390</b>                 | <b>4,4</b> | <b>6,3</b> | <b>70,4</b>    | <b>5,4</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 (доп гарнир)           | 30            | 7          | 0,3        | 0,1        | 1,2         | 0,1        |
| Пюре фруктовое                         | 125           | 55         | 0,0        | 0,0        | 13,8        | 1,4        |
| Яблоко                                 | 1шт           | 49         | 0,4        | 0,4        | 10,8        | 1,1        |
| Сок фруктовый 0,2                      | 1шт           | 90         | 0,0        | 0,0        | 22,4        | 2,4        |
| Компот из ягод                         | 200           | 49         | 0,2        | 0,1        | 12,0        | 1,2        |
| <b>Стоимость рациона</b>               | <b>121,76</b> | <b>358</b> | <b>2,9</b> | <b>5,7</b> | <b>74,2</b> | <b>7,5</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                   | 2шт          | 89         | 0,7        | 0,7        | 19,1        | 1,9        |
| <b>Стоимость рациона</b> | <b>46,94</b> | <b>165</b> | <b>0,9</b> | <b>0,8</b> | <b>37,9</b> | <b>3,8</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 01 Сентября 2026 г

Согласовано  
Директор школы №

| Наименование блюда                        | Цена  | Выход (г) | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-------------------------------------------|-------|-----------|----------------------------|----------|---------|-------------|-----------------------------------------------|
| <b>Холодные блюда</b>                     |       |           |                            |          |         |             |                                               |
| Масло сливочное                           | 7,51  | 10        | 66                         | 0,1      | 7,3     | 0,1         | 0,0                                           |
| Сыр порционно                             | 10,95 | 15        | 35                         | 2,3      | 2,9     | 0,0         | 0,0                                           |
| <b>Первые блюда</b>                       |       |           |                            |          |         |             |                                               |
| Суп сырный с гренками, зеленью            | 29,71 | 250/15    | 164                        | 4,3      | 5,8     | 23,7        | 2,4                                           |
| <b>Вторые блюда</b>                       |       |           |                            |          |         |             |                                               |
| Запеканка из творога со сгущённым молоком | 65,31 | 150/35    | 455                        | 26,1     | 20,6    | 41,4        | 4,1                                           |
| Плов из говядины                          | 70,77 | 200       | 300                        | 11,6     | 11,7    | 37,1        | 3,7                                           |
| Блины "Домашние" с вареньем               | 52,40 | 168/35    | 492                        | 10,1     | 24,7    | 57,4        | 5,7                                           |
| <b>Гарниры</b>                            |       |           |                            |          |         |             |                                               |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)             | 12,03 | 40        | 10                         | 0,4      | 0,1     | 1,5         | 0,1                                           |
| <b>Напитки</b>                            |       |           |                            |          |         |             |                                               |
| Чай с сахаром                             | 0,96  | 200       | 21                         | 0,2      | 0,1     | 5,0         | 0,5                                           |
| Чай без сахара                            | 0,40  | 200       | 2                          | 0,2      | 0,1     | 0,1         | 0,0                                           |
| Компот из ягод                            | 15,21 | 200       | 49                         | 0,2      | 0,1     | 12,0        | 1,2                                           |
| Какао с молоком                           | 13,06 | 200       | 124                        | 3,6      | 3,0     | 20,8        | 2,1                                           |
| <b>Хлеб</b>                               |       |           |                            |          |         |             |                                               |
| Хлеб полезный с микронутриентами          | 3,03  | 25        | 53                         | 1,8      | 0,3     | 10,8        | 1,1                                           |
| Батон витаминный с микронутриентами       | 5,02  | 25        | 70                         | 2,0      | 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.