

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 03.09.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,6
Стоимость рациона	101,46	570	17,2	24,7	70,5	7,1
Обед 1-4 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	200	83	3,3	5	6,2	0,6
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
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	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	121,76	795	34,9	28,4	100,2	10

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 03.09.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53	3,5	4,4	0	0
Каша молочная пшённая с маслом	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,2
Йогурт 1/100	1шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	29	81	2,3	0,6	16,6	1,6
Стоимость рациона	101,46	570	17,2	24,7	70,5	7,1
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	200	83	3,3	5	6,2	0,6
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
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	44	123	3,5	0,9	25,2	2,5
Стоимость рациона	121,76	795	34,9	28,4	100,2	10
Полдник 1-4 класс (платный)						
Улитка с маком 1/70	1шт	233	5,6	6	39,2	3,9
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Стоимость рациона	46,94	256	5,9	6,1	44,4	4,4

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.09.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона	101,46	663	26,5	24,7	64,6	6,5
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	250	104	4,2	6,3	7,8	0,7
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,0
Стоимость рациона	121,76	569	30,6	22,6	60,9	6,1
Полдник 5-11 класс (платный)						
Улитка с маком 1/70	1 шт	233	5,6	6	39,2	3,9
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Стоимость рациона	46,94	256	5,9	6,1	44,4	4,4

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 03.09.2026

Согласовано

Директор школы

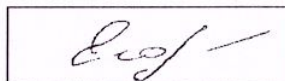
Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	60	59	0,9	3,0	6,8	0,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	100	14	0,8	0,1	2,4	0,2
Груша	1 шт	100	0,9	0,7	22,7	2,2
Коктейль овсяный 0,2	1 шт	140	3,0	6,4	19,0	2,0
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона	101,46	334	5,8	10,3	51,4	5,0

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	200	83	3,3	5,0	6,2	0,6
Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Сок фруктовый фасованный 0,2	1 шт	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Груша	1 шт	100	0,9	0,7	22,7	2,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона	121,76	364	5,2	5,9	68,3	6,6

Полдник						
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Яблоко	2 шт	89	0,7	0,7	19,1	1,9
Стоимость рациона	46,94	185	0,9	0,8	43,0	4,3

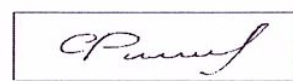
Инженер-технолог

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 03.09.2026

Согласовано

Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	60	59	0,9	3,0	6,8	0,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	100	14	0,8	0,1	2,4	0,2
Пюре фруктовое	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Груша	1шт	101	0,9	0,7	22,7	2,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,0
Стоимость рациона	101,46	250	2,8	3,9	50,7	4,4

Обед старшеклассника						
Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	83	1,7	5,0	7,8	0,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	100	21,0	1,1	0,2	3,8	0,3
Коктейль овсяный 0,2	200	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,0
Сок фруктовый фасованный 0,2	1шт	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	1шт	81	0,7	0,7	17,8	1,5
Стоимость рациона	121,76	436	6,7	12,4	75,8	6,6

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	0,0
Яблоко	2шт	89	0,7	0,7	19,1	1,9
Стоимость рациона	46,94	165	0,9	0,8	37,9	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 03 Сентября 2026 г

Согласовано
Директор школы № 3

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	7,51	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционно	10,95	15	53	3,5	4,4	0,0	0,0
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	32,04	250	104	4,2	6,3	7,8	0,7
Вторые блюда							
Каша молочная пшённая с маслом	13,88	150/5	164	4,9	6,6	21,5	2,1
Биточки с сыром	80,31	100	213	19,0	11,0	9,4	0,9
Митболлы в томатном соусе	73,90	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Гарниры							
Рожкеи отварные	9,76	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Рис отварной	14,47	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Напитки							
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
Какао с молоком	13,06	200	124	3,6	3,0	20,8	2,1
Чай с лимоном	3,00	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб							
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.