34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Блины фаршированные с клубникой с маслом	140/5	344	2,8	7,1	60,2	6,0
Груша	1 шт	101	0,9	0,7	22,7	2,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 101,46		***637***	***6,2***	***17,7***	***106,1***	***10,6***
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя с говядиной, куриным филе, сметаной, зеленью	205	91	5,5	5,1	5,6	0,6
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15	0,8	0,1	2,7	0,3
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	3,0	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона 121,76		***708***	***30,5***	***22,5***	***95,3***	***9,5***

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 21.10.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Блины фаршированные с клубникой с маслом	140/5	344	2,8	7,1	60,2	6,0
Груша	1 шт	101	0,9	0,7	22,7	2,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 101,46		*637*	*6,2*	*17,7*	*106,1*	*10,6*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Солянка домашняя с говядиной, куриным филе, сметаной, зеленью	205	91	5,5	5,1	5,6	0,6
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15	0,8	0,1	2,7	0,3
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	3,0	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона 121,76		*708*	*30,5*	*22,5*	*95,3*	*9,5*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Кекс «Волжский» 1/70	1шт	294	4,2	14,7	41,3	4,1
Чай с лимоном	200/15	24	0,3	0,1	5,5	0,6
Стоимость рациона 46,94		*318*	*4,5*	*14,8*	*46,8*	*4,7*

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.

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 21.10.2026

Согласовано
Директор школа

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
Огурцы свежие(доп.гарнир)	**60**	8	0,5	0,0	1,5	0,1
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Груша	**1шт**	101	0,9	0,7	22,7	2,2
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***220***	***1,6***	***0,8***	***47,1***	***4,5***
Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2	5,1	14	1,4
Картофельное пюре с маслом растительным	**150**	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15	0,8	0,1	2,7	0,2
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Груша	**1шт**	101	0,9	0,7	22,7	2,2
Компот из апельсинов	**200**	69	0,2	0,1	17,0	1,7
Стоимость рациона 121,76		***383***	***5,0***	***6,1***	***76,9***	***7,5***
Полдник Указ Президента						
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55,0	0,0	0,0	13,8	1,3
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Яблоко	**2 шт**	98	0,8	0,8	21,6	2,1
Стоимость рациона 46,94		***174***	***1,0***	***0,9***	***35,9***	***3,4***

Инженер-технолог Егорова Т.А.

Калькулятор Филиппова У.А.

* - информация о количестве хлеоных единиц в олюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

Меню буфетной продукции на 21 Октября 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 шоколадное	11,43	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Солянка домашняя с говядиной, куриным филе, сметаной, зеленью	44,68	255	112	6,8	6,2	7,0	0,7
Вторые блюда							
Биточки домашние	60,27	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Жаркое с курицей	58,13	200	207	10,5	9,9	18,8	1,9
Блины фаршированные с клубникой с маслом	45,82	140/5	344	2,8	7,1	60,2	6,0
Гарниры							
Рожки отварные	9,76	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,64	70	9	0,6	0,0	1,7	0,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	12,54	70	15	0,8	0,1	2,7	0,3
Напитки							
Чай с сахаром	0,40	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Чай без сахара	0,96	200	2	0,2	0,1	0,1	0,0
Компот из апельсинов	9,95	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
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.