34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 23.10.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Сыр плавленный 1/17,5	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Какао с молоком	200	124	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 101,46		*635*	*21,2*	*24,9*	*81,5*	*8,2*
Обед 1-4 класс						
Борщ "Сибирский "с говядиной, зеленью	200	90	2,9	4,9	8,0	0,8
Запеканка картофельная с мясом	150	212	11,1	11,0	16,9	1,7
Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром (доп.гарнир)	60	59	0,9	3,0	6,8	0,7
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона 121,76		*774*	*22,8*	*26,5*	*102,8*	*10,3*

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 23.10.26

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)						
Сыр плавленный 1/17,5	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Бифштекс домашний	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Какао с молоком	200	124	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 101,46		*635*	*21,2*	*24,9*	*81,5*	*8,2*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Борщ "Сибирский "с говядиной, зеленью	200	90	2,9	4,9	8,0	0,8
Запеканка картофельная с мясом	150	212	11,1	11,0	16,9	1,7
Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром (доп.гарнир)	60	59	0,9	3,0	6,8	0,7
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона 121,76		*774*	*22,8*	*26,5*	*102,8*	*10,3*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Коктейль овсяный 0,2	1шт	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13,0	1,3
Стоимость рациона 46,94		*352*	*6,3*	*15,8*	*47,7*	*4,8*

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 23.10.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Сыр плавленный 1/17,5	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Котлета рубленная из куриного филе	100	229	20,2	9,0	16,8	1,6
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	35	98	2,8	0,7	20,0	2,0
Стоимость рациона 101,46		*598*	*31,3*	*18,6*	*76,4*	*7,6*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Борщ "Сибирский "с говядиной, зеленью	250	113	3,8	6,2	10,0	1,0
Запеканка картофельная с мясом	200	252	14,6	12,2	21,0	2,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	16	45	1,2	0,3	9,1	0,9
Стоимость рациона 121,76		*549*	*22,5*	*19,0*	*64,1*	*6,4*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Коктейль овсяный 0,2	1шт	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13,0	1,3
Стоимость рациона 46,94		*352*	*6,3*	*15,8*	*47,7*	*4,8*

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 23 10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Винегрет овощной	**130**	161	1,4	13,3	9	0,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**50**	7,5	0,5	0	1,2	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**40**	10	0,4	0,1	1,5	0,1
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Пюре фруктовое 1/125	**1шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***225***	***1,0***	***0,6***	***49,0***	***4,7***
Обед 1-4 классы Указ Президента						
Борщ из свежей капусты и картофелем,зеленью	**250**	98	1,7	4,9	9,8	0,9
Капуста квашеная с маслом растительным	**60**	59	0,9	3	6,8	0,6
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**75**	11,3	0,75	0	1,8	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15	0,8	0,14	2,7	0,2
Пюре фруктовое 1/125	**1шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Яблоко	**2шт**	98	0,8	0,8	21,6	2,1
Стоимость рациона 121,76		***349***	***3,5***	***4,0***	***69,6***	***6,5***
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

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 23.10.2026

Согласовано
Директор школа

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	0,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**30**	4,5	0,3	0	0,7	0
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Пюре фруктовое 1/125	**1шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***215***	***0,6***	***0,5***	***47,5***	***4,6***
Обед старшеклассника						
Борщ из свежей капусты и картофелем,зеленью	**250**	98	1,7	4,9	9,8	0,9
Капуста квашеная с маслом растительным	**60**	59	0,9	3	6,8	0,6
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	21,0	1,1	0,2	3,8	0,3
Пюре фруктовое 1/125	**1шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Яблоко	**1 шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона 121,76		***295***	***2,6***	***3,7***	***58,1***	***5,5***
Полдник старшеклассника						
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 23 Октября 2026 г

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Сыр плавленый 1/17,5	22,02	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Первые блюда							
Борщ "Сибирский " с говядиной, зеленью	32,57	250	113	3,8	6,2	10,0	1,0
Вторые блюда							
Котлета рубленная из куриного филе	62,29	100	229	20,2	9,0	16,8	1,6
Бифштекс домашний	57,17	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
Запеканка картофельная с мясом	72,98	200	252	14,6	12,2	21,0	2,1
Гарниры							
Рожки отварные	9,76	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром	13,63	60	59	0,9	3,0	6,8	0,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	9,12	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
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
Какао с молоком	13,06	200	124	3,6	3,0	20,8	2,1
Компот из кураги	10,10	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
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.