34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 13.10.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,2
Каша молочная " Дружба " с маслом	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,2
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,0
Стоимость рациона 101,46		*547*	*17,9*	*21,2*	*71,3*	*7,1*
Обед 1-4 класс						
Бульон с куриным филе, гренками,зеленью	25/15/200	102	9,5	0,8	14	1,4
Котлеты " Сытые"	100	288	18,4	18,9	11,5	1,2
Вермишель отварная	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	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона 121,76		*751*	*38,4*	*25,8*	*91,5*	*9,2*

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 13.10.26

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)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,2
Каша молочная " Дружба " с маслом	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,2
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,0
Стоимость рациона 101,46		*547*	*17,9*	*21,2*	*71,3*	*7,1*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Бульон с куриным филе, гренками,зеленью	25/15/200	102	9,5	0,8	14	1,4
Котлеты " Сытые"	100	288	18,4	18,9	11,5	1,2
Вермишель отварная	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	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона 121,76		*751*	*38,4*	*25,8*	*91,5*	*9,2*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Изделие хлебобулочное сдобное "Сеточка с черникой) 1/70	1шт	242	3,2	8,1	38,2	3,8
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Стоимость рациона 46,94		*265*	*3,5*	*8,2*	*43,4*	*4,3*

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 13.10.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	100	146	13,6	8	3,3	0,3
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,8
Стоимость рациона 101,46		*732*	*28,4*	*30*	*86,6*	*8,7*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Бульон с куриным филе,гренками,зеленью	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Котлеты " Сытые"	100	288	18,4	18,9	11,5	1,2
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Стоимость рациона 121,76		*640*	*35,3*	*25*	*68,9*	*6,9*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Изделие хлебобулочное сдобное "Сеточка с черникой" 1/70	1шт	242	3,2	8,1	38,2	3,8
Стоимость рациона 46,94		*265*	*3,5*	*8,2*	*43,4*	*4,3*

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.

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 13.10.2026

Согласовано
Директор школа 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Овощи свежие (огурцы,помидора) с маслом растительным	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	8	0,5	0,0	1,5	0,1
Груша	**1 шт**	101	0,9	0,7	22,7	2,2
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
Стоимость рациона 101,46		***326***	***2,5***	***10,9***	***49,9***	***4,7***

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Рагу овощное	**130**	97	2,2	2,3	14,2	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	**2шт**	98	0,8	0,8	21,6	2,1
Коктейль овсяный 0,2	**1шт**	140	3,0	6,0	20,0	0,2
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 121,76		***562***	***8,7***	***14,3***	***94,2***	***7,4***

Полдник Указ Президента						
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55	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 13.10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Овощи свежие (огурцы,помидора) с маслом растительным	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Груша	**1 шт**	101	0,9	0,7	22,7	2,2
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
Стоимость рациона 101,46		***318***	***2,0***	***10,9***	***48,4***	***4,6***

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Рагу овощное	**180**	138	2,5	8,8	12,4	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,0	10,8	1,1
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 121,76		***469***	***5,6***	***14,0***	***75,4***	***7,3***

Полдник старшеклассника						
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55	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. Лаоораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

Меню буфетной продукции на 13 Октября 2026 г

Согласовано
Директор школы №

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
Бутерброд горячий с сыром	**26,02**	45	173	7,2	11,0	11,5	1,2
Первые блюда							
Бульон с куриным филе,гренками,зеленью	**33,50**	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,4
Вторые блюда							
Каша молочная " Дружба " с маслом	**14,81**	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,2
Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе	**62,54**	100	146	13,6	8,0	3,3	0,3
Котлеты " Сытые"	**84,27**	100	288	18,4	18,9	11,5	1,2
Гарни ры							
Вермишель отварная	**9,76**	180	2132	6,5	5,7	13,5	1,4
Каша гречневая рассыпчатая	**12,96**	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
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
Чай с лимоном	**3,00**	200	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.