34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 19.10.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Пудинг "Лакомка" с вареньем	150/35	392	14,1	12,6	59,7	6
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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		*650*	*17,4*	*24,6*	*93,6*	*9,4*
Обед 1-4 класс						
Суп из овощей с говядиной, зеленью	200	69	3,3	3,1	6,8	0,7
Гуляш из говядины	100	134	9,3	9,5	2,6	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120	3,4	0,9	24,6	2,5
Стоимость рациона 121,76		*796*	*29*	*24,3*	*107,6*	*10,8*

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 19.10.26

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 сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Пудинг "Лакомка" с вареньем	150/35	392	14,1	12,6	59,7	6
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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		*650*	*17,4*	*24,6*	*93,6*	*9,4*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп из овощей с говядиной, зеленью	200	69	3,3	3,1	6,8	0,7
Гуляш из говядины	100	134	9,3	9,5	2,6	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Компот из кураги	200	86	1,1	0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120	3,4	0,9	24,6	2,5
Стоимость рациона 121,76		*796*	*29*	*24,3*	*107,6*	*10,8*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Изделие слоёное " Воздушное"с фруктовой начинкой 1/80	1шт	291	4,0	13,6	37,6	3,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Стоимость рациона 46,94		*360*	*4,2*	*13,7*	*54,6*	*5,5*

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 19.10.26

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)						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Биточки с сыром	100	183	17,3	9,7	6,9	0,7
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона 101,46		*623*	*27,3*	*25,6*	*71*	*7,1*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп из овощей с говядиной, зеленью	250	107	4,1	6,3	8,5	0,8
Гуляш из говядины	100	134	9,3	9,5	2,6	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	34	72	2,4	0,4	14,6	1,5
Стоимость рациона 121,76		*580*	*24,5*	*23,6*	*67,3*	*6,7*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Изделие слоёное " Воздушное"с фруктовой начинкой 1/80	1шт	291	4,0	13,6	37,6	3,8
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Стоимость рациона 46,94		*360*	*4,2*	*13,7*	*54,6*	*5,5*

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.

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 19.10.2026

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						
Овощи свежие(огурцы,помидоры) масло растительное	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Пюре фруктовое 1/125	**2шт**	110	0,0	0,0	27,3	2,7
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	**1 шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***376***	***1,5***	***10,6***	***63,8***	***6,1***
Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп из овощей с зеленью	**250**	90	1,7	5,0	9,5	0,9
Огурцы свежие(доп.гарнир)	**60**	8	0,5	0,0	1,5	0,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	24,0	1,2	0,2	4,0	0,0
Коктейль овсяный 0,2	**1шт**	140,0	3,0	6,4	19,0	1,9
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
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 121,76		***471***	***7,4***	***12,5***	***78,5***	***7,1***
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. Лаоораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 19.10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Овощи свежие(огурцы,помидоры) маслом растительное	**100**	106	0,9	10,1	2,8	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
Яблоко	**2шт**	98	0,8	0,8	21,6	2,1
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***370***	***1,9***	***11,0***	***61,1***	***5,8***
Обед старшеклассника						
Суп из овощей с зеленью	**250**	90	1,7	5,0	9,5	0,9
Огурцы свежие(доп.гарнир)	**40**	6	0,4	0,0	1,0	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	24,0	1,2	0,2	4,0	0,0
Коктейль овсяный 0,2	**1шт**	140,0	3,0	6,4	19,0	1,9
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 121,76		***420***	***6,9***	***12,1***	***67,2***	***6,1***
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 19 Октября 2026 г

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,26	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Масло шоколадное	11,43	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Суп из овощей с говядиной , зеленью	32,21	250	107	4,1	6,3	8,5	0,8
Вторые блюда							
Пудинг "Лакомка "с вареньем	81,96	150/35	392	14,1	12,6	59,7	6,0
Биточки с сыром	80,31	100	183	17,3	9,7	6,9	0,6
Гуляш из говядины	73,77	100	134	9,3	9,5	2,6	0,2
Гарниры							
Вермишель отварная	9,76	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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
Компот из кураги	10,10	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
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.