34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 08.10.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Сыр порционно	25	88	5,7	7,3	0	0
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,2
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона 101,46		*543*	*15,4*	*27,8*	*57,8*	*5,7*
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом,куриным филе,зеленью	200	117	6,9	4,5	12,2	1,2
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0	1,5	0,1
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	48	134	3,8	1	27,5	2,8
Стоимость рациона 121,76		*793*	*41,7*	*19,6*	*105,3*	*10,5*

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 08.10.26

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 порционно	25	88	5,7	7,3	0	0
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,02
Каша молочная рисовая с маслом	150/5	163	4	6,1	22,8	2,2
Йогурт 1/100	1 шт	82	2,8	2,8	11,5	1,2
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	32	90	2,6	0,6	18,3	1,8
Стоимость рациона 101,46		*543*	*15,4*	*27,8*	*57,8*	*5,7*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп картофельный с горохом,куриным филе,зеленью	200	117	6,9	4,5	12,2	1,2
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0	1,5	0,1
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	48	134	3,8	1	27,5	2,8
Стоимость рациона 121,76		*793*	*41,7*	*19,6*	*105,3*	*10,5*
Полдник 1-4 класс (платный)						
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	1,3
Коктейль овсяный 0,2	1шт	140	3,0	6,4	19	1,9
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 08.10.26

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 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
Каша гречневая рассыпчатая	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	31	87	2,5	0,6	17,7	1,7
Стоимость рациона 101,46		*756*	*32,8*	*35*	*78,4*	*7,8*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп картофельный с горохом,куриным филе,зеленью	250	146	8,6	5,6	15,3	1,5
Наггетсы " Классические"	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 121,76		*741*	*41,9*	*21,3*	*95,7*	*9,6*
Полдник 5-11 класс (платный)						
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	1,3
Коктейль овсяный 0,2	1шт	140	3,0	6,4	19	1,9
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

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 08.10.2026

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						
Рагу овощное	**130**	87	2,2	2,3	14,2	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**80**	12	0,8	0,1	2,0	0,2
Яблоко	**1 шт**	64	0,6	0,6	14,1	1,2
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Коктейль овсяный 0,2	**1шт**	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***414***	***6,8***	***9,5***	***72,2***	***6,9***
Обед 1-4 классы Указ Президента						
Овощи свежие (огурцы помидоры) с маслом растительным	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**55**	108,0	2,0	5,1	14,0	1,4
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	**1 шт**	140	3,0	6,0	20,0	2,0
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 121,76		***565***	***8,0***	***17,1***	***92,5***	***9,1***
Полдник Указ Президента						
Коктейль овсяный 0,2	**1 шт**	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Стоимость рациона 46,94		***210***	***3,6***	***6,9***	***30,3***	***2,9***

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 08.10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Рагу овощное	**180**	138	2,5	8,8	12,4	1,2
Яблоко	**1 шт**	64	0,6	0,6	14,1	1,2
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
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Стоимость рациона 101,46		***368***	***3,3***	***9,5***	***63,2***	***5,9***

Обед старшеклассника						
Овощи свежие (огурцы помидоры) с маслом растительным	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	9,0	0,6	0,1	1,5	0,1
Яблоко	**2шт**	98	0,8	0,8	21,6	2,1
Коктейль овсяный 0,2	**200**	140	3,0	6,0	20,0	0,2
Пюре фруктовое 1/125	**1шт**	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		***431***	***6,6***	***12,1***	***71,4***	***5,1***

Полдник старшеклассника						
Коктейль овсяный 0,2	**1 шт**	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Чай с сахаром	**200**	21	0,2	0,1	0,5	0,0
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Стоимость рациона 46,94		***210***	***3,6***	***6,9***	***30,3***	***2,9***

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 08 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 сливочное	**7,51**	10	66	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционно	**18,25**	25	88	5,7	7,3	0,0	0,0
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом,куриным филе,зеленью	**21,17**	250	146	8,6	5,6	15,3	1,5
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	**14,27**	150/5	163	4,0	6,1	22,8	2,2
Наггетсы " Классические "	**80,31**	100	217	22,2	8,9	12,2	1,2
Митболлы в томатном соусе	**73,90**	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Гарниры							
Рожки отварные	**9,76**	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Каша гречневая рассыпчатая	**12,96**	180	296	19,8	18,2	11,5	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**9,12**	60	8	0,5	0,0	1,5	0,1
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
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.