34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.10.26

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Котлета куриная с сыром	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Фруктовое пюре 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 101,46		*586*	*18,2*	*24,3*	*73,6*	*7,4*
Обед 1-4 класс						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,6
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
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		*919*	*36,4*	*35,2*	*113*	*10,2*

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 16.10.26

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
Котлета куриная с сыром	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Фруктовое пюре 1/125	1 шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 101,46		*586*	*18,2*	*24,3*	*73,6*	*7,4*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Митболлы в томатном соусе	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,6
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
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		*919*	*36,4*	*35,2*	*113*	*10,2*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	210	118	0,0	0,0	29,4	2,9
Изделия хлебобулочные сдобные (Булочка "Вкусняшка") 1/70	1шт	262	4,9	7	44,8	4,5
Стоимость рациона 46,94		*380*	*4,9*	*7,0*	*74,2*	*7,4*

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.10.26

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
Индейка с булгуром	200	352	13,2	16,8	37	3,7
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 101,46		*636*	*17,3*	*30,9*	*72,7*	*7,3*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96	2,3	3	11,7	1,2
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 лимоном	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	16	45	1,3	0,3	9,2	0,9
Стоимость рациона 121,76		*799*	*35,7*	*30,7*	*92,5*	*9,3*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Изделия хлебобулочные сдобные (Булочка "Вкусняшка" 1/70	1шт	262	4,9	7	44,8	4,5
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	210	118	0,0	0,0	29,4	2,9
Стоимость рациона 46,94		*380*	*4,9*	*7,0*	*74,2*	*7,4*

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 16.10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Капуста тушеная	**180**	126	3,4	8,8	8,4	0,8
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**80**	12	0,8	0,0	2,0	0,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	21	1,1	0,2	3,8	0,3
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		***319***	***5,9***	***9,5***	***47,9***	***4,5***

Обед старшеклассника						
Овощи свежие (огурцы,помидоры) с маслом растительным	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**30**	5	0,3	0,0	0,7	0,0
Коктейль овсяный 1/200	**1 шт**	140,0	0,0	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		***519***	***3,8***	***22,1***	***70,2***	***6,3***

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. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 16.10.2026

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						
Капуста тушеная	**150**	105	2,8	7,3	7,0	0,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	8	0,5	0,0	1,5	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15	0,8	0,1	2,7	0,2
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	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	**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		***343***	***4,7***	***7,9***	***58,7***	***5,5***
Обед 1-4 классы Указ Президента						
Овощи свежие (огурцы,помидоры) с маслом растительным	**100**	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,0
Пюре фруктовое 1/125	**2шт**	110,0	0,0	0,0	27,6	2,7
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		***484***	***3,5***	***15,7***	***78,1***	***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

Меню буфетной продукции на 16 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
Масло шоколадное	**11,43**	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Первые блюда							
Суп куриный с зеленью	**25,70**	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Вторые блюда							
Котлета куриная с сыром	**58,77**	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Индейка с булгуром	**77,38**	200	352	13,2	16,8	37,0	3,7
Митболлы в томатном соусе	**73,90**	100/50	286	19,8	18,2	11,5	1,2
Гарниры							
Рис отварной	**14,47**	180	220	4,4	7,5	33,7	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
Сок фруктовый	**11,92**	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
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.