34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 12.10.26

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
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Груша	1 шт	101	0,9	0,7	22,7	2,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	47	132	3,8	0,9	26,9	2,7
Стоимость рациона 101,46		***552***	***18,9***	***27***	***58,2***	***5,8***
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гренками,зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Плов из говядины	150	229	8,9	8,9	28,2	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 121,76		***737***	***19,7***	***21,3***	***116,8***	***11,7***

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 12.10.26

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
Омлет натуральный	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Груша	1 шт	101	0,9	0,7	22,7	2,3
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	47	132	3,8	0,9	26,9	2,7
Стоимость рациона 101,46		*552*	*18,9*	*27*	*58,2*	*5,8*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гренками,зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Плов из говядины	150	229	8,9	8,9	28,2	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	15	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
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
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,9	1,5
Стоимость рациона 121,76		*737*	*19,7*	*21,3*	*116,8*	*11,7*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Изделие хлебобулочное слоёное "Воздушное с сыром" 1/80	1шт	320	6,4	20	28	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0	28	2,8
Стоимость рациона 46,94		*432*	*6,4*	*20,0*	*56*	*5,6*

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 12.10.26

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
Сыр порционно	20	71	4,6	5,8	0	0
Сырники со сгущённым молоком	120/20	399	14,6	16,9	47,1	4,7
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	34	95	2,7	0,7	19,4	1,9
Стоимость рациона 101,46		*652*	*22,2*	*30,8*	*71,6*	*7,1*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гренками,зеленью	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1
В а ф л и 1/18	1шт	92	0,8	4,5	11,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	28	61	2	0,3	12	1,2
Стоимость рациона 121,76		*658*	*18,9*	*22,4*	*94,8*	*9,5*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Изделие хлебобулочное слоёное "Воздушное" с сыром 1/80	1шт	320	6,4	20	28	2,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0,0	0	28	2,8
Стоимость рациона 46,94		*432*	*6,4*	*20,0*	*56*	*5,6*

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 12.10.2026

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						
Салат из свеклы с яблоками	**100**	87	1,1	6,0	7,1	0,7
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15	0,8	0,1	2,7	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		***314***	***3,0***	***6,9***	***55,4***	***5,3***

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
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
Компот из ягод	**200**	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона 121,76		***500***	***6,8***	***12,1***	***92,7***	***7,3***

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 12.10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Салат из свеклы с яблоками	**100**	87	1,1	6,0	7,1	0,7
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		***299***	***2,2***	***6,8***	***52,7***	***5,1***

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	21,0	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	1,1
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		***429***	***6,7***	***11,8***	***71,5***	***5,2***

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 12 Сентября 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	**11,26**	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Сыр порционно	**14,60**	20	71	4,6	5,8	0,0	0,0
Первые блюда							
Суп сырный с гренками,зеленью	**29,71**	250/15	164	4,3	5,8	23,7	2,4
Вторые блюда							
Омлет натуральный	**41,66**	150	199	13,9	14,4	3,4	0,3
Сырники со сгущённым молоком	**71,66**	120/20	399	14,6	16,9	47,1	4,7
Плов из говядины	**70,77**	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Гарниры							
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**12,54**	70	15	0,8	0,1	2,7	0,5
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
Компот из ягод	**15,21**	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	**7,59**	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
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.