34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Согласовано
Директор школы № 34

НА 06.10.26

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Сыр плавленый 17,5	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Фруктовое пюре 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/15	24	0,3	0,1	5,5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона 101,46		*515*	*13,2*	*16,8*	*77,9*	*7,8*
Обед 1-4 класс						
Борщ " Краснодарский " с говядиной, зеленью	200	94	2,5	5,7	7,5	0,7
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118	3,4	0,8	24	2,4
Стоимость рациона 121,76		*791*	*29,4*	*26,4*	*107,6*	*10,7*

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 06.10.26

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 плавленый 17,5	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Плов из индейки	150	283	8	12,8	34	3,4
Фруктовое пюре 1/125	1шт	55	0	0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/15	24	0,3	0,1	5,5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	41	115	3,3	0,8	23,5	2,4
Стоимость рациона 101,46		*515*	*13,2*	*16,8*	*77,9*	*7,8*
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Борщ " Краснодарский " с говядиной, зеленью	200	94	2,5	5,7	7,5	0,7
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	150	178	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	13	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12	1,2
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	118	3,4	0,8	24	2,4
Стоимость рациона 121,76		*791*	*29,4*	*26,4*	*107,6*	*10,7*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Кекс " Волжский " 1/70	1шт	294	4,2	14,7	41,3	4,1
Чай с лимоном	200/15	24	0,3	0,1	5,5	0,5
Стоимость рациона 46,94		*318*	*4,5*	*14,8*	*46,8*	*4,6*

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

Согласовано
Директор школы №

НА 06.10.26

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
Плов из индейки	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	20	56	1,6	0,4	11,4	1,1
Стоимость рациона 101,46		*602*	*13,1*	*27,3*	*75,7*	*7,5*
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Борщ " Краснодарский " с говядиной , зеленью	250	118	3,4	7	9,4	0,9
Биточки домашние	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Вермишель отварная	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
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	21	59	1,7	0,4	12	1,2
Стоимость рациона 121,76		*681*	*27,4*	*24,8*	*85,9*	*8,6*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Кекс " Волжский " 1/70	1шт	294	4,2	14,7	41,3	4,1
Чай с лимоном	200/15	24	0,3	0,1	5,5	0,5
Стоимость рациона 46,94		*318*	*4,5*	*14,8*	*46,8*	*4,6*

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

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 06.10.2026

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	0,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**60**	8	0,5	0,0	1,5	0,0
Яблоко	**1 шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15	0,8	0,1	2,7	0,2
Сок фруктовый 0,2	**1шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
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 101,46		***343***	***4,7***	***7,9***	***58,7***	***4,7***

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Овощи свежие (огурцы, помидоры) с маслом раст	**100**	106	9,0	10,1	2,8	0,2
Борщ из свежей капусты и картофелем,зеленью	**250**	98,0	1,7	4,9	9,8	0,9
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Коктейль овсяный 0,2	**1 шт**	140	3,0	6,4	19,0	1,9
Яблоко	**2шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Компот из ягод	**200**	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона 121,76		***532***	***14,3***	***21,9***	***76,8***	***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	**2шт**	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 06.10.2026

Согласовано МБОУ
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшекласника						
Капуста тушеная	**180**	126	3,4	8,8	8,4	0,8
Яблоко	**1 шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**50**	12	0,6	0,1	2,0	0,2
Сок фруктовый 0,2	**1шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
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 101,46		***353***	***4,6***	***9,4***	***57,9***	***5,5***

Обед старшекласника						
Овощи свежие (огурцы, помидоры) с маслом раст	**100**	106	9,0	10,1	2,8	0,2
Борщ из свежей капусты и картофелем,зеленью	**250**	98,0	1,7	4,9	9,8	0,9
Сок фруктовый 0,2	**1 шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Яблоко	**2шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,0
Компот из ягод	**200**	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона 121,76		***447***	***11,3***	***15,5***	***71,6***	***6,8***

Полдник старшекласника						
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	**2шт**	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. Лаобораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

Меню буфетной продукции на 06 Октября 2026 г

Согласовано МБОУ
Директор школы № 34

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
Сыр плавленый 17,5	**22,02**	1шт	38	1,6	3,1	1,1	0,1
Первые блюда							
Борщ "Краснодарский " с говядиной , зеленью	**32,67**	250	118	3,4	7,0	9,4	0,9
Вторые блюда							
Плов из индейки	**73,58**	200	378	10,7	17,1	45,2	4,5
Биточки домашние	**60,27**	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Гарниры							
Вермишель отварная	**9,76**	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**10,75**	60	13	0,7	0,1	2,3	0,2
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 ягод	**15,21**	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Чай с лимоном	**3,00**	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Сок фруктовый	**11,92**	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
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.