34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.10.26

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	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 101,46		*620*	*22,5*	*27,3*	*71,1*	*7,1*
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, говядиной,зеленью	200	122	6,4	5,2	12,2	1,2
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
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	2,9	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона 121,76		*766*	*29,5*	*23,6*	*108,1*	*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 05.10.26

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	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
Кофейный напиток быстрорастворимый	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
Стоимость рациона 101,46		*620*	*22,5*	*27,3*	*71,1*	*7,1*
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, говядиной,зеленью	200	122	6,4	5,2	12,2	1,2
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
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	104	2,9	0,7	21,2	2,1
Стоимость рациона 121,76		*766*	*29,5*	*23,6*	*108,1*	*10,8*
Полдник 1-4 класс (платный)						
Изделие хлебобулочное сдобное (Булочка "Вкусняшка") 1/70	1шт	262	4,9	7	44,8	4,5
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	210	118	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

НА 05.10.26

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)						
Макароны с сыром	180	278	10,2	13,5	29	2,9
Творог для детского питания 1/100	1шт	113	7,6	4,2	11,1	1,1
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		*544*	*21,8*	*18,7*	*72*	*7,2*
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, говядиной,зеленью	250	152	8	6,5	15,3	1,5
Гуляш из говядины	100	134	9,3	9,5	2,6	0,3
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	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		*651*	*29,1*	*25,5*	*79,5*	*8*
Полдник 5-11 класс (платный)						
Изделие хлебобулочное сдобное (Булочка "Вкусняшка") 1/70	1шт	262	4,9	7	44,8	4,5
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	210	118	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.

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(с заболеванием "фенилкетонурия")

на 05.10.2026

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						
Картофельное пюре с маслом растительным	**150**	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	24	1,2	0,2	4,0	0,4
Яблоко	**1 шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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		***347***	***4,9***	***5,9***	***63,6***	***6,2***

Обед 1-4 классы Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Огурцы свежие (доп гаринир)	**60**	9,0	0,6	0,1	1,5	0,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**70**	15	0,8	0,4	2,7	0,3
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Яблоко	**2шт**	89	0,7	0,7	19,1	1,9
Сок фруктовый 0,2	**1шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Сок фруктовый	**200**	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона 121,76		***407***	***4,3***	***6,4***	***83,6***	***8,2***

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**	89	0,7	0,7	19,1	1,9
Стоимость рациона 46,94		***165***	***0,9***	***0,8***	***33,4***	***3,2***

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 05.10.2026

Согласовано
Директор школа

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак старшеклассника						
Картофельное пюре с маслом растительным	**180**	151	3,0	5,6	13,8	1,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**100**	21	1,1	0,2	3,8	0,3
Яблоко	**2шт**	89	0,7	0,7	19,1	1,9
Сок фруктовый 0,2	**1шт**	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		***372***	***5,0***	***6,6***	***59,6***	***5,7***

Обед старшеклассника						
Суп картофельный с зеленью	**250**	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Огурцы свежие (доп гаринир)	**100**	14,0	0,8	0,1	2,4	0,2
Пюре фруктовое 1/125	**1 шт**	55	0,0	0,0	13,8	1,3
Яблоко	**1шт**	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Сок фруктовый 0,2	**1шт**	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Сок фруктовый	**200**	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Стоимость рациона 121,76		***357***	***3,4***	***5,7***	***73,5***	***7,2***

Полдник						
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**	89	0,7	0,7	19,1	1,9
Стоимость рациона 46,94		***165***	***0,9***	***0,8***	***33,4***	***3,2***

Инженер-технолог Егорова Т.А.

Калькулятор Филиппова У.А.

* - информация о количестве хлеоных единиц в олюде сформирована расчетным методом. Лаораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

Меню буфетной продукции на 05 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
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом,говядиной,зеленью	**30,12**	250	152	8,0	6,5	15,3	1,5
Вторые блюда							
Макароны с сыром	**26,02**	180	278	10,2	13,5	29,0	2,9
Гуляш из говядины	**73,77**	100	134	9,3	9,5	2,6	0,2
Гарниры							
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 яблок	**6,19**	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
Кофейный напиток витаминизированный	**10,82**	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
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.