35

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.05.26

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,1
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207	6,4	7,6	28,3	2,8
Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100	1 шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 101,46		*671*	*22,6*	*25,5*	*87,5*	*8,7*
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0	0,7	0,07
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона 121,76		*844*	*36,1*	*27,7*	*112,6*	*11,2*

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 21.05.26

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)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173	7,2	11	11,5	1,1
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207	6,4	7,6	28,3	2,8
Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100	1 шт	75	2,8	3,2	8	0,8
Какао с молоком	200	124	3,6	3	20,8	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 101,46		*671*	*22,6*	*25,5*	*87,5*	*8,7*
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом, зеленью	200	122	4,7	4,4	15,7	1,6
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	150	178	5,4	4,9	27,9	2,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4	0,2	0	0,7	0,07
Сок фруктовый	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Кекс для детского питания 1/28	1шт	124	1,7	6,2	15,7	1,6
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	39	109	3,1	0,8	22,3	2,2
Стоимость рациона 121,76		*844*	*36,1*	*27,7*	*112,6*	*11,2*
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона 46,94		*299*	*7,6*	*5,3*	*55,4*	*5,5*

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 21.05.26

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264	13,8	16,6	15	1,5
Рис отварной	180	220	4,4	7,5	33,7	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	12	0,6	0,1	2	0,2
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Батон витаминный с микронутриентами	36	101	2,9	0,7	20,6	2,1
Стоимость рациона 101,46		*620*	*22*	*25*	*76,6*	*7,6*
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Биточки с сыром	100	213	19	11	9,4	0,9
Рожки отварные	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112	0	0	28	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	42	117	3,4	0,8	24,2	2,4
Стоимость рациона 121,76		*838*	*36,2*	*23,1*	*121,2*	*12,1*
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Изделие сдобное "Ярмарочное" с варёной сгущёнкой 1/100	1шт	276	7,3	5,2	50,1	5
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона 46,94		*299*	*7,6*	*5,3*	*55,4*	*5,5*

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.

Меню учителя на 21 М А Я 2026 г

Согласовано
Директор школы № 35

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Бутерброд горячий с сыром	**34,61**	45	173	7,2	11	11,5	1,2
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом,зеленью	**9,63**	250	131	5,5	5,3	15,3	1,5
Вторые блюда							
Биточки с сыром	**80,31**	100	213	19,0	11,0	9,4	0,9
Тефтели мясные в соусе томатном	**59,64**	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,5
Каша молочная пшённая с маслом	**19,88**	200/5	207	6,4	7,6	28,3	2,8
Гарниры							
Рис отварной	**16,37**	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Рожки отварные	**11,8**	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**15,03**	50	12	0,6	0,1	2	0,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	**6,28**	25	4	0,2	0	0,7	0,07
Напитки							
Чай с сахаром	**1,10**	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	**0,61**	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Чай с лимоном	**3,14**	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
Какао с молоком	**13,73**	200	124	3,6	3,0	20,8	2,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	**9,79**	200	112	0,0	0	28,0	2,8
Сок фруктовый	**11,92**	200	41	0,2	0,1	10,1	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	**2,64**	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	**4,56**	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог
Горячкина Н.Н

Калькулято
р
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.