35

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

МАОУ «ШКОЛА № 35»

НА 25.05.26

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Макароны с сыром	185	295	11,3	14,8	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	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона 101,46		***577***	***23,7***	***21,3***	***72,1***	***7,2***
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гренками,зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,6
Помидоры свежие (доп.гарнир)	30	6	0,1	0,1	1,1	0,1
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	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 121,76		***746***	***27,6***	***23,9***	***105,4***	***10,5***

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 25.05.26

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)						
Макароны с сыром	185	295	11,3	14,8	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	27	76	2,2	0,5	15,4	1,5
Стоимость рациона 101,46		*577*	*23,7*	*21,3*	*72,1*	*7,2*
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гренками,зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,6
Помидоры свежие (доп.гарнир)	30	6	0,1	0,1	1,1	0,1
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	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
Стоимость рациона 121,76		*746*	*27,6*	*23,9*	*105,4*	*10,5*
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,3
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона 46,94		*353*	*4,8*	*11,6*	*57,8*	*5,8*

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.

Меню учителя на 25 М А Я 2026 г

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Первые блюда							
Суп сырный с гренками,зеленью	**23,29**	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Вторые блюда							
Гуляш из говядины	**78,04**	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Макароны с сыром	**40,08**	185	295	11,3	14,8	29,0	2,9
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	**13,2**	180	296	10,2	8,8	44,1	4,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	**9,02**	30	6	0,1	0,1	1,1	0,1
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
Кофейный напиток быстрорастворимый	**10,63**	200	93	7,6	4,2	11,1	1,1
Компот из яблок	**7,50**	200	58	0,2	0,2	13,9	1,4
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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.05.26

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	185	295	11,3	14,8	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	14	39	1,1	0,3	8	0,8
Стоимость рациона 101,46		*468*	*20,2*	*19,4*	*53,1*	*5,3*
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гренками,зеленью	200/15	145	3,8	4,8	21,7	2,2
Гуляш из говядины	100	146	10,6	10,5	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246	8,5	7,3	36,6	3,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Хлеб полезный с микронутриентами	24	51	1,7	0,3	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	32	90	2,6	0,6	17,5	1,8
Стоимость рациона 121,76		*699*	*27,4*	*23,6*	*93,5*	*9,3*
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Слойка с фруктовой начинкой 1/100	1шт	330	4,5	11,5	52,5	5,3
Чай с лимоном	200/10	23	0,3	0,1	5,3	0,5
Стоимость рациона 46,94		*353*	*4,8*	*11,6*	*57,8*	*5,8*

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.