

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.10.23

Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Пюре фруктовое 1/90	1шт	60,0	0	0	15,0	1,3
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микроэлементами	20	56,0	1,6	0,4	11,4	0,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>11,8</b>	<b>24,4</b>	<b>79,2</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	135,0	4,7	5,4	16,8	1,4
Макаронник с мясом, маслом	200/5	434,0	21,0	21,2	39,6	3,3
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	65	51,0	0,76	3,0	5,0	0,4
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	36	100,8	2,8	0,7	20,6	1,7
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>32,6</b>	<b>31,1</b>	<b>117,8</b>	<b>9,7</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Напиток овсяный фруктовый " Экзотик "	200	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
Плюшка Московская	75	212,0	5,7	5,9	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>7,7</b>	<b>6,9</b>	<b>56,1</b>	<b>4,6</b>

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

\* - 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 05.10.23

Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное порционно 1/15	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Пюре фруктовое 1/90	1 шт	60,0	0	0	15,0	1,3
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	20	56,0	1,6	0,4	11,4	0,9
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>11,8</b>	<b>24,4</b>	<b>79,2</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	135,0	4,7	5,4	16,8	1,4
Макаронник с мясом, маслом	200/5	434,0	21,0	21,2	39,6	3,3
Икра кабачковая ( доп. гарнир)	65	51,0	0,76	3,0	5,0	0,4
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	36	100,8	2,8	0,7	20,6	1,7
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>32,6</b>	<b>31,1</b>	<b>117,8</b>	<b>9,7</b>
<b>Полдник</b>						
Напиток овсяный фруктовый " Экзотик "	200	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
Плюшка Московская	75	212,0	5,7	5,9	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>7,7</b>	<b>6,9</b>	<b>56,1</b>	<b>4,6</b>

Инженер-технол

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

\* - 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 05.10.23

Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Масло сливочное порционно 1/15	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Каша молочная " Дружба " с маслом	250/5	257,0	7,7	8,5	37,2	3,1
Вафли 1/30	1шт	158,0	1,1	9,4	17,3	1,4
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Я б л о к о	1шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	34	95,2	2,7	0,7	19,4	1,6
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>	<b>19,5</b>	<b>39,0</b>	<b>106,9</b>	<b>8,8</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/260	135,0	4,7	5,4	16,8	1,4
Макаронник с мясом, маслом	200/5	434,0	21,0	21,2	39,6	3,3
Икра кабачковая (доп.гарнир)	60	47,0	0,7	2,8	4,6	0,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>31,2</b>	<b>30,2</b>	<b>99,3</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Напиток овсяный фруктовый " Экзотик "	200	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
Плюшка Московская	75	212,0	5,7	5,9	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>7,7</b>	<b>6,9</b>	<b>56,1</b>	<b>4,6</b>

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

\* - 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

(гипоаллергенное)

на 05.10.2023

Согласовано  
Директор школы 34



1 А

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,8
Груша	1шт	92	0,8	0,6	20,6	1,7
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>354</b>	<b>2,4</b>	<b>14,0</b>	<b>54,7</b>	<b>4,6</b>

<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	120	2,0	5,1	16,4	1,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Компот из кураги	200	86	1,0	0,0	13,2	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>366</b>	<b>3,6</b>	<b>5,2</b>	<b>68,8</b>	<b>5,8</b>

<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Яблоко	2шт	106	1,0	1,0	23,6	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>196</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>46,0</b>	<b>3,9</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева Е.И.

\* - 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

(гипоаллергенное)

на 05.10.2023

Согласовано  
Директор школы 34

3 А



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,8
Груша	1шт	92	0,8	0,6	20,6	1,7
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>354</b>	<b>2,4</b>	<b>14,0</b>	<b>54,7</b>	<b>4,6</b>

<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский с зеленью	250	120	2,0	5,1	16,4	1,4
Огурцы свежие (доп. гарнир)	100	14	0,8	0,1	2,4	0,2
Икра кабачковая (доп. гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Яблоко	120	67	0,6	0,6	14,7	1,2
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Компот из кураги	200	86	1,0	0,0	13,2	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>386</b>	<b>5,0</b>	<b>8,2</b>	<b>65,6</b>	<b>5,5</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

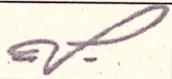
Директор по  
производству  
Корнева Е.И.

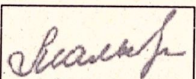
\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

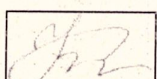




Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Сыр порционно	9,83	15	53,0	3,5	4,4	0	0
<b>Первые блюда</b>							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	26,83	10/260	135,0	4,7	5,4	16,8	1,4
<b>Вторые блюда</b>							
Каша молочная " Дружба " с маслом	18,07	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Макаронник с мясом, маслом	55,38	200/5	434,0	21,0	21,2	39,6	3,3
<b>Гарниры</b>							
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	10,71	65	51,0	0,76	3,0	5,0	0,4
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,45	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Какао с молоком	15,64	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Компот из кураги	6,69	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А. 

Калькулятор  
Малышева Г.А. 

Директор по  
производству 

\* -+R[-34]C:RC[12] 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.