

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.10.23

Согласовано
Директор школы № 34



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Масло шоколадное | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,2 |
| Омлет натуральный | 150 | 199,0 | 13,9 | 14,4 | 3,4 | 0,3 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 35 | 9,0 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Г р у ш а | 1шт | 92,0 | 0,8 | 0,6 | 20,6 | 1,7 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 606,0 | 20,4 | 26,5 | 70,6 | 5,8 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 10/260 | 133,0 | 5,7 | 5,5 | 15,2 | 1,3 |
| Соте из индейки с овощами | 200 | 211,0 | 13,0 | 10,3 | 16,4 | 1,4 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 80 | 12,0 | 0,6 | 0,08 | 2,0 | 0,1 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| Я б л о к о | 1шт | 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 | 34 | 95,2 | 2,7 | 0,7 | 19,4 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 661,2 | 25,0 | 17,7 | 100,2 | 8,3 |
| Полдник | | | | | | |
| Кисломолочный напиток " С н е ж о к " | 200 | 156,0 | 5,6 | 5,0 | 22,0 | 1,8 |
| Ватрушка с творогом | 85 | 372,0 | 21,0 | 15,3 | 37,5 | 3,1 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 528,0 | 26,6 | 20,3 | 59,5 | 4,9 |

Инженер-техно

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 10.10.23

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 шоколадное | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,2 |
| Омлет натуральный | 150 | 199,0 | 13,9 | 14,4 | 3,4 | 0,3 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 35 | 9,0 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Г р у ш а | 1 шт | 92,0 | 0,8 | 0,6 | 20,6 | 1,7 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,7 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 606,0 | 20,4 | 26,5 | 70,6 | 5,8 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 10/260 | 133,0 | 5,7 | 5,5 | 15,2 | 1,3 |
| Соте из индейки с овощами | 200 | 211,0 | 13,0 | 10,3 | 16,4 | 1,4 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 80 | 12,0 | 0,6 | 0,08 | 2,0 | 0,1 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| 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 | 34 | 95,2 | 2,7 | 0,7 | 19,4 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 661,2 | 25,0 | 17,7 | 100,2 | 8,3 |
| Полдник(льготный+платный) | | | | | | |
| Кисломолочный напиток " С н е ж о к " | 200 | 156,0 | 5,6 | 5,0 | 22,0 | 1,8 |
| Ватрушка с творогом | 85 | 372,0 | 21,0 | 15,3 | 37,5 | 3,1 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 528,0 | 26,6 | 20,3 | 59,5 | 4,9 |

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.

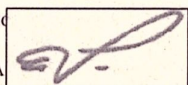
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

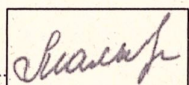
НА 10.10.23

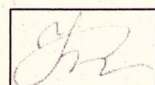
Согласовано
Директор школы № 34



| 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 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,2 |
| Омлет натуральный | 200 | 266,0 | 18,6 | 19,2 | 4,6 | 0,4 |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 40 | 9,0 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 0,1 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Я б л о к о | 1шт | 53,0 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 34 | 95,2 | 2,7 | 0,7 | 19,4 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 631,2 | 24,7 | 31,2 | 62,6 | 5,0 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью | 10/260 | 133,0 | 5,7 | 5,5 | 15,2 | 1,3 |
| Соте из индейки с овощами | 200 | 211,0 | 13,0 | 10,3 | 16,4 | 1,4 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| Я б л о к о | 1шт | 53,0 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 0,9 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 26 | 55,1 | 1,9 | 0,3 | 11,2 | 0,9 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 25 | 70,0 | 2,0 | 0,5 | 14,3 | 1,2 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 626,1 | 23,8 | 17,4 | 93,5 | 7,8 |
| Полдник 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Напиток овсяный фруктовый " Экзотик " 0,2 | 1шт | 100,0 | 2,0 | 1,0 | 22,0 | 1,8 |
| Плюшка Московская | 75 | 212,0 | 5,7 | 5,9 | 34,1 | 2,8 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 312,0 | 7,7 | 6,9 | 56,1 | 4,6 |

Инженер-технолог
Столярова Е.А. 

Калькулятор
Малышева Г.А. 

Директор по производству
Корнева 

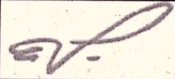
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

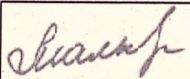
Меню буфетной продукции на 10 ОКТЯБРЯ 23 г

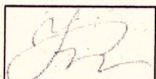
Согласовано МБОУ
Директор школы №



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <i>Холодные закуски</i> | | | | | | | |
| Масло шоколадное | 10,08 | 15 | 98,0 | 0,2 | 9,3 | 3,3 | 0,2 |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Борщ "Сибирский" с мясом, сметаной, зеленью | 27,38 | 10/260 | 133,0 | 5,7 | 5,5 | 15,2 | 1,3 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 35,11 | 150 | 199,0 | 13,9 | 14,4 | 3,4 | 1,3 |
| Соте из индейки | 52,47 | 200 | 211,0 | 13,0 | 10,3 | 16,4 | 1,4 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Помидоры свежие (доп.гарнир) | 5,31 | 35 | 9,0 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 0,1 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 12,10 | 80 | 12,0 | 0,6 | 0,08 | 2,0 | 0,1 |
| <i>Напитки</i> | | | | | | | |
| 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 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 8,26 | 200 | 110,0 | 2,3 | 1,4 | 22,0 | 1,8 |
| Напиток из шиповника | 7,85 | 200 | 104,0 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| <i>Хлеб</i> | | | | | | | |
| 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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 10.10.2023



3 А

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 кл Указ Президента | | | | | | |
| Салат из свеклы с яблоком | 100 | 87 | 1,1 | 6,0 | 7,1 | 0,6 |
| Огурцы свежие | 35 | 6 | 0,0 | 0,1 | 1,0 | 0,1 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Груша | 1шт | 92 | 0,8 | 0,6 | 20,6 | 1,7 |
| Чай с сахаром | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 286 | 2,1 | 6,8 | 53,8 | 4,5 |

| Обед | | | | | | |
|-----------------------------------|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| Борщ "Сибирский" с мясом, зеленью | 10/250 | 89 | 4,4 | 3,8 | 9,4 | 0,8 |
| Огурцы свежие | 80 | 12 | 0,6 | 0,1 | 2,0 | 0,2 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 104 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| Сок фруктовый фасованный | 200 | 90 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 355 | 5,7 | 4,2 | 73,4 | 6,1 |

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 10.10.2023

1 А



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 кл Указ Президента | | | | | | |
| Салат из свеклы с яблоком | 100 | 87 | 1,1 | 6,0 | 7,1 | 0,6 |
| Огурцы свежие | 35 | 6 | 0,0 | 0,1 | 1,0 | 0,1 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Груша | 1шт | 92 | 0,8 | 0,6 | 20,6 | 1,7 |
| Чай с сахаром | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 286 | 2,1 | 6,8 | 53,8 | 4,5 |

| Обед | | | | | | |
|-----------------------------------|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| Борщ "Сибирский" с мясом, зеленью | 10/250 | 89 | 4,4 | 3,8 | 9,4 | 0,8 |
| Огурцы свежие | 80 | 12 | 0,6 | 0,1 | 2,0 | 0,2 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 104 | 0,7 | 0,3 | 24,6 | 2,1 |
| Сок фруктовый фасованный | 200 | 90 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 355 | 5,7 | 4,2 | 73,4 | 6,1 |

| Полдник | | | | | | |
|---|--------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂ | 200 | 140 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,6 |
| Яблоко | 1шт | 53 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 193 | 2,5 | 6,9 | 30,8 | 2,6 |

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

производство
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