

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 17.10.23

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
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	65	9,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,6	19,4	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>619,2</b>	<b>16,7</b>	<b>26,5</b>	<b>78,9</b>	<b>6,5</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом ,зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	40	9,0	0,4	0,1	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	3,1	0,6	17,7	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>619,8</b>	<b>28,9</b>	<b>20,8</b>	<b>73,0</b>	<b>6,1</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток " Снежок "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Маковый рулетик посыпной	85	258,0	7,4	9,3	36,3	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>414,0</b>	<b>13,0</b>	<b>14,3</b>	<b>58,3</b>	<b>4,9</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 17.10.23

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	1 шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	65	9,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Я б л о к о	1 шт	53,0	0,5	0,5	11,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,2	2,7	0,6	19,4	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>619,2</b>	<b>16,7</b>	<b>26,5</b>	<b>78,9</b>	<b>6,5</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом ,зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	40	9,0	0,4	0,1	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	3,1	0,6	17,7	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>619,8</b>	<b>28,9</b>	<b>20,8</b>	<b>73,0</b>	<b>6,1</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Кисломолочный напиток " Снежок "	200	156,0	5,6	5,0	22,0	1,8
Маковый рулетик посыпной	85	258,0	7,4	9,3	36,3	3,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>414,0</b>	<b>13,0</b>	<b>14,3</b>	<b>58,3</b>	<b>4,9</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 17.10.23

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
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>		<b>85,20</b>				
<b>Обед 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом ,зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>		<b>102,24</b>	<b>616,0</b>	<b>28,1</b>	<b>21,7</b>	<b>70,5</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Пирожок печеный сдобный с мясом,луком	80	208,0	10,3	9,9	19,4	1,6
<b>Стоимость рациона</b>		<b>39,41</b>	<b>312,0</b>	<b>11,0</b>	<b>10,2</b>	<b>44,0</b>
						<b>3,7</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 17.10.2023

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>						
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,0
Помидоры свежие (доп. гарнир)	75	13	0,7	0,1	2,3	0,2
Огурцы свежие (доп. гарнир)	100	14	0,8	0,1	2,4	0,2
Яблоко	1шт	53	0,5	0,5	11,8	1,0
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>279</b>	<b>4,7</b>	<b>5,5</b>	<b>53,1</b>	<b>4,4</b>

<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Огурцы свежие (доп. гарнир)	15	2	0,1	0,0	0,4	0,0
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>4</b>	<b>15,3</b>	<b>71,9</b>	<b>470,0</b>	<b>6,0</b>

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

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

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 17.10.2023

Согласовано  
Директор школы 34

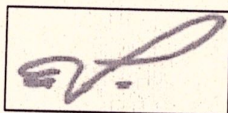
3 А

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
Салат из свеклы с яблоками	100	87	1,1	6,0	7,1	0,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	4	0,2	0,0	0,8	0,1
Груша	200	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>284</b>	<b>2,3</b>	<b>6,7</b>	<b>53,6</b>	<b>0,0</b>

<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
Суп картофельный с горохом с зеленью	250	152	5,9	5,5	19,5	1,6
Овощи свежие с маслом	120	127	1,1	12,2	3,5	0,3
Яблоко	1шт	53	0,5	0,5	11,8	1,0
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>602</b>	<b>9,6</b>	<b>28,4</b>	<b>69,9</b>	<b>5,8</b>

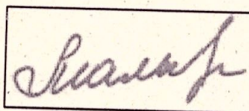
Инженер-технолог

Столярова Е.А.



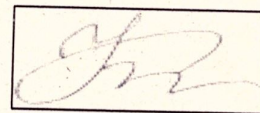
Калькулятор

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

Меню буфетной продукции на 17 О К Т Я Б Р Я 23 г

Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Примерное количество хлебных единиц*
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1шт	112,0	0,1	12,4	0,1	0
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	21,01	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Гуляш из говядины	60,97	100	150,0	10,7	10,5	3,2	0,3
Плов из говядины	59,67	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,0
<i>Гарниры</i>							
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	9,83	65	9,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	6,07	40	9,0	0,4	0,1	1,5	0,1
Пюре картофельное	15,08	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
<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
Компот из кураги	6,69	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<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  
Мальшева 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.