

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 10.11.23

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 сливочное порционно 1/15 | 1 шт | 99,0 | 0,2 | 10,9 | 0,2 | 0,02 |
| Котлеты из индейки | 90 | 140,0 | 12,5 | 8,3 | 3,9 | 0,3 |
| Вермишель отварная | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Я б л о к о | 1 шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | | 85,20 | 21,6 | 25,4 | 74,8 | 6,2 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью | 30/15/250 | 107,0 | 11,0 | 0,9 | 13,7 | 1,1 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир) | 50 | 50,0 | 0,8 | 2,6 | 6,0 | 0,5 |
| 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 | 27 | 75,6 | 2,2 | 0,5 | 15,4 | 1,3 |
| Стоимость рациона | | 102,24 | 30,1 | 13,7 | 78,3 | 6,5 |
| Полдник 1-4 класс | | | | | | |
| Кисломолочный напиток "Снежок" | 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 | 26,6 | 20,3 | 59,5 | 4,9 |

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева 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 10.11.23

Согласовано
Директор школы № 34



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|---------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Масло сливочное порционно 1/15 | 1 шт | 99,0 | 0,2 | 10,9 | 0,2 | 0,02 |
| Котлеты из индейки | 90 | 140,0 | 12,5 | 8,3 | 3,9 | 0,3 |
| Вермишель отварная | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Я б л о к о | 1 шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,9 |
| Батон витаминный с микроэлементами | 35 | 98,0 | 2,8 | 0,7 | 20,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 614,0 | 21,6 | 25,4 | 74,8 | 6,2 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гречками , зеленью | 30/15/250 | 107,0 | 11,0 | 0,9 | 13,7 | 1,1 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гарнир) | 50 | 50,0 | 0,8 | 2,6 | 6,0 | 0,5 |
| 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 | 27 | 75,6 | 2,2 | 0,5 | 15,4 | 1,3 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 586,6 | 30,1 | 13,7 | 78,3 | 6,5 |
| Полдник 1-4 класс(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-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 10.11.23

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 сливочное порционно 1/15 | 1 шт | 99,0 | 0,2 | 10,9 | 0,2 | 0,02 | |
| Индейка с булгуром | 200 | 350,0 | 12,8 | 15,5 | 39,8 | 3,3 | |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир) | 20 | 3,0 | 0,2 | 0,0 | 0,6 | 0,05 | |
| Яблоко | 1 шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 | |
| Чай с сахаром | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 | |
| Батон витаминный с микроэлементами | 27 | 75,6 | 2,2 | 0,5 | 15,4 | 1,3 | |
| Стоимость рациона | | 85,20 | 626,6 | 16,1 | 27,5 | 78,8 | 6,6 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гречками, зеленью | 30/15/250 | 107,0 | 11,0 | 0,9 | 13,7 | 1,1 | |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 | |
| Капуста квашеная с маслом растительным сахаром(доп гарнир) | 55 | 54,0 | 0,9 | 2,9 | 6,3 | 0,5 | |
| Компот из кураги | 200 | 86,0 | 1,0 | 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 | |
| Стоимость рациона | | 102,24 | 585,0 | 30,0 | 14,0 | 77,5 | 6,5 |
| Полдник 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | | |
| Пирожок печеный сдобный с яйцом | 75 | 205,0 | 7,9 | 11,3 | 18,1 | 1,5 | |
| Сок фруктовый | 204 | 91,8 | 0,0 | 0 | 22,8 | 1,9 | |
| Яблоко | 1 шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 | |
| Стоимость рациона | | 39,41 | 354,8 | 8,4 | 11,8 | 53,6 | 4,5 |

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 10.11.2023

(Зими́на)

Согласовано
Директор школы 34



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---|--------------|--------------------|------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 кл Указ Президента | | | | | | |
| Пагу овощное | 130 | 87 | 2,2 | 2,3 | 14,2 | 1,2 |
| Огурцы свежие (доп. гарнир) | 30 | 4 | 0,2 | 0,0 | 0,8 | 0,1 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂ | 200 | 140 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 332 | 4,6 | 8,8 | 59,1 | 4,9 |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|---------------|--------------|------------|-------------|-------------|------------|
| Обед | | | | | | |
| Суп из овощей с зеленью | 250 | 96 | 1,8 | 5,3 | 10,5 | 0,9 |
| Свекла отварная с маслом растительным | 100 | 92 | 1,3 | 5,7 | 8,8 | 0,7 |
| Яблоко | 1шт | 58 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| 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 |
| Чай с сахаром | 200 | 41 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 437,0 | 3,8 | 11,6 | 79,5 | 6,6 |

Инженер-технолог

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

директор по
производству

Корнева Е.И.

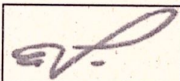
* - информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

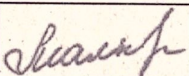
Меню буфетной продукции на 10 НОЯБРЯ 23 г

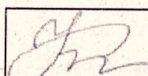
Согласовано
Директор школы №



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i> | | | | | | | |
| Масло сливочное порционно 1/15 | 11,39 | 1 шт | 99,0 | 0,2 | 10,9 | 0,2 | 0,02 |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Бульон с куриным филе, гренками, зеленью | 34,48 | 30/15/250 | 107,0 | 11,0 | 0,9 | 13,7 | 1,1 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Индейка с булгуром | 54,65 | 200 | 350,0 | 12,8 | 15,5 | 39,8 | 3,3 |
| Жаркое по-домашнему | 60,22 | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Котлеты из индейки | 61,31 | 90 | 140,0 | 12,5 | 8,3 | 3,9 | 0,3 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Вермишель отварная | 7,32 | 150 | 178,0 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром | 8,88 | 50 | 50,0 | 0,8 | 2,6 | 6,0 | 0,5 |
| Огурцы консервированные (доп.гарнир) | 3,99 | 20 | 3,0 | 0,2 | 0,0 | 0,6 | 0,05 |
| <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 | 1,12 |
| <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.