

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34



НА 15.11.23

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	99,0	0,2	10,9	0,2	0,02
Жаркое с индейкой	200	256,0	9,5	16,2	18,2	1,5
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,5
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	23	64,4	1,8	0,5	13,2	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>579,4</b>	<b>13,2</b>	<b>31,2</b>	<b>61,4</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Биточки " Школьные "	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,3
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	35	27,0	0,4	1,6	2,7	0,2
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
М а н д а р и н	1 шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,9	0,6	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>820,9</b>	<b>30,3</b>	<b>30,5</b>	<b>107,1</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный сдобный с яблоками	75	158,0	3,6	4,0	26,8	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>278,0</b>	<b>9,6</b>	<b>10,4</b>	<b>36,2</b>	<b>3,0</b>

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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 15.11.23

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	99,0	0,2	10,9	0,2	0,02
Жаркое с индейкой	200	256,0	9,5	16,2	18,2	1,5
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,5
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	23	64,4	1,8	0,5	13,2	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>579,4</b>	<b>13,2</b>	<b>31,2</b>	<b>61,4</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед 1-4 класс(льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Биточки " Школьные "	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,3
Икра кабачковая ( доп. гарнир)	35	27,0	0,4	1,6	2,7	0,2
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
М а н д а р и н	1 шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,8
Хлеб полезный с микроэлементами	26	55,1	1,9	0,6	11,2	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>820,9</b>	<b>30,3</b>	<b>30,5</b>	<b>107,1</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник(льготный+платный)</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный сдобный с яблоками	75	158,0	3,6	4,0	26,8	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>278,0</b>	<b>9,6</b>	<b>10,4</b>	<b>36,2</b>	<b>3,0</b>

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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 15.11.23

Согласовано  
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Сыр порционно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Жаркое с индейкой	200	256,0	9,5	16,2	18,2	1,5
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,5	18,8	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>502,4</b>	<b>16,4</b>	<b>21,7</b>	<b>60,0</b>	<b>5,0</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный+платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
Биточки " Школьные "	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	50	39,0	0,6	2,4	3,9	0,3
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>832,2</b>	<b>30,3</b>	<b>32,1</b>	<b>105,8</b>	<b>8,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Пирожок печеный сдобный с творогом	75	182,0	9,0	7,0	20,9	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>330,0</b>	<b>9,5</b>	<b>7,5</b>	<b>56,0</b>	<b>4,7</b>

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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 15.11.2023

Согласовано  
Директор школы 34

Патрушева



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
Рагу овощное	150	115	2,1	7,3	10,3	0,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	40	39	0,6	2,0	4,5	0,4
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>345,0</b>	<b>2,9</b>	<b>9,4</b>	<b>62,3</b>	<b>5,2</b>

<b>Обед</b>						
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	79	1,6	5,0	7,0	0,6
Икра кабачковая (доп. гарнир)	35	27	0,4	1,6	2,7	0,2
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,8
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>402</b>	<b>3,7</b>	<b>7,1</b>	<b>80,7</b>	<b>6,7</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева 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 15.11.2023

Согласовано  
Директор школы 34

(Зими́на)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 кл Указ Президента</b>						
Рагу овощное	130	87	2,2	2,3	14,2	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	40	39	0,6	2,0	4,5	0,4
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,8
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Молоко витаминизированное	200	120	6,0	6,4	9,4	0,8
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>419</b>	<b>10,0</b>	<b>11,0</b>	<b>69,6</b>	<b>5,8</b>

<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	79	1,6	5,0	7,0	0,6
Икра кабачковая (доп. гарнир)	35	27	0,4	1,6	2,7	0,2
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,8
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>402,0</b>	<b>3,7</b>	<b>7,1</b>	<b>80,7</b>	<b>6,7</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 15 НОЯБРЯ 23 г

Согласовано  
Директор школы № 3



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Сыр порционно	9,83	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Масло сливочное порционно 1/15	11,39	1 шт	99,0	0,2	10,9	0,2	0,02
<b>Первые блюда</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	21,16	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
<b>Вторые блюда</b>							
Жаркое с индейкой	58,16	200	256,0	9,5	16,2	18,2	1,5
Биточки " Школьные "	45,22	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
<b>Гарниры</b>							
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	5,76	35	27,0	0,4	1,6	2,7	0,2
Рис отварной	12,07	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Капуста квашеная с маслом растительным.сахаром ( доп.г	10,69	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,5
<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
Чай с лимоном	2,77	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Напиток из шиповника	7,85	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	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.