

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 14.12.23

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  | 15            | 99,0               | 0,2         | 10,9        | 0,2          | 0,02                                 |
| Каша молочная " Дружба " с маслом                                    | 200/10        | 269,0              | 6,2         | 14,0        | 31,6         | 2,6                                  |
| Кисломолочный продукт " Биолакт " 1/100                              | 1шт           | 75,0               | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 0,7                                  |
| Какао с молоком  | 200           | 128,0              | 3,9         | 3,1         | 21,1         | 1,8                                  |
| М а н д а р и н  | 1шт           | 39,0               | 0,9         | 0,2         | 8,3          | 0,6                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами                                   | 46            | 128,8              | 3,6         | 0,9         | 26,3         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>85,20</b>  | <b>738,8</b>       | <b>17,6</b> | <b>32,3</b> | <b>95,5</b>  | <b>7,9</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   | 200           | 434,0              | 21,0        | 21,2        | 39,6         | 3,3                                  |
| Горошек зеленый консервированный ( доп. гарнир)                      | 35            | 14,0               | 1,2         | 0,1         | 2,3          | 0,1                                  |
| Компот из кураги   | 200           | 86,0               | 1,0         | 0           | 13,2         | 1,1                                  |
| Я б л о к о  | 1шт           | 58,0               | 0,5         | 0,5         | 12,7         | 1,1                                  |
| Хлеб полезный с микроэлементами                                      | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микроэлементами                                   | 35            | 98,0               | 2,8         | 0,7         | 20,0         | 1,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>102,24</b> | <b>878,0</b>       | <b>3,3</b>  | <b>28,2</b> | <b>115,4</b> | <b>9,6</b>                           |
| <b>Полдник</b>   |               |                    |             |             |              |                                      |
| Напиток овсяный  | 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>312,0</b>       | <b>7,7</b>  | <b>6,9</b>  | <b>56,1</b>  | <b>4,6</b>                           |

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.



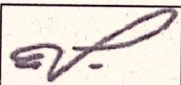
# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

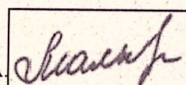
НА 14.12.23

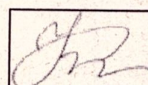
Согласовано  
Директор школы № 34



| 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  | 15            | 99,0               | 0,2         | 10,9        | 0,2          | 0,02                                 |
| Каша молочная " Дружба " с маслом                                    | 200/10        | 269,0              | 6,2         | 14,0        | 31,6         | 2,6                                  |
| Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100                        | 1шт           | 75,0               | 2,8         | 3,2         | 8,0          | 0,7                                  |
| Какао с молоком  | 200           | 128,0              | 3,9         | 3,1         | 21,1         | 1,8                                  |
| М а н д а р и н  | 1шт           | 39,0               | 0,9         | 0,2         | 8,3          | 0,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 46            | 128,8              | 3,6         | 0,9         | 26,3         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>85,20</b>  | <b>738,8</b>       | <b>17,6</b> | <b>32,3</b> | <b>95,5</b>  | <b>7,9</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   | 200           | 434,0              | 21,0        | 21,2        | 39,6         | 3,3                                  |
| Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)                       | 35            | 14,0               | 1,2         | 0,1         | 2,3          | 0,1                                  |
| Компот из кураги   | 200           | 86,0               | 1,0         | 0           | 13,2         | 1,1                                  |
| Я б л о к о  | 1шт           | 58,0               | 0,5         | 0,5         | 12,7         | 1,1                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                                     | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 0,9                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 35            | 98,0               | 2,8         | 0,7         | 20,0         | 1,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>102,24</b> | <b>878,0</b>       | <b>3,3</b>  | <b>28,2</b> | <b>115,4</b> | <b>9,6</b>                           |
| <b>Полдник(льготный+платный)</b>                                     |               |                    |             |             |              |                                      |
| Напиток овсяный  | 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>312,0</b>       | <b>7,7</b>  | <b>6,9</b>  | <b>56,1</b>  | <b>4,6</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 14.12.23

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>                         |               |                    |             |             |              |                                      |
| Гуляш из говядины  | 100           | 150,0              | 10,7        | 10,5        | 3,2          | 0,3                                  |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 180           | 296,0              | 10,2        | 8,8         | 44,1         | 3,6                                  |
| Компот из ягод   | 200           | 49,0               | 0,2         | 0,1         | 12,0         | 1,0                                  |
| Я б л о к о  | 1 шт          | 58,0               | 0,5         | 0,5         | 12,7         | 1,1                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>85,20</b>  | <b>623,0</b>       | <b>23,6</b> | <b>20,4</b> | <b>86,3</b>  | <b>7,2</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   | 200           | 434,0              | 21,0        | 21,2        | 39,6         | 3,3                                  |
| Горошек зеленый консервированный ( доп. гарнир)                      | 40            | 15,0               | 1,2         | 0,1         | 2,6          | 0,2                                  |
| Компот из кураги   | 200           | 86,0               | 1,0         | 0           | 13,2         | 1,1                                  |
| Хлеб полезный с микронутриентами                                     | 45            | 95,4               | 3,2         | 0,5         | 19,4         | 1,6                                  |
| Батон витаминный с микронутриентами                                  | 45            | 126,0              | 3,6         | 0,9         | 25,8         | 2,2                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>102,24</b> | <b>891,1</b>       | <b>34,7</b> | <b>28,1</b> | <b>117,4</b> | <b>9,8</b>                           |
| <b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>                         |               |                    |             |             |              |                                      |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный                            | 200           | 112,0              | 0,0         | 0,0         | 28,0         | 2,3                                  |
| Маковый рулетик посыпной   | 85            | 258,0              | 7,4         | 9,3         | 36,3         | 3,0                                  |
| М а н д а р и н  | 1 шт          | 39,0               | 0,9         | 0,2         | 8,3          | 0,7                                  |
| <b>Стоимость рациона</b>   | <b>39,41</b>  | <b>409,0</b>       | <b>8,3</b>  | <b>9,5</b>  | <b>72,6</b>  | <b>6,0</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

(гипоаллергенное)

на 14.12.2023

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>                         |              |                    |            |             |             |                                      |
| Винегрет овощной  | 100          | 124                | 1,1        | 10,2        | 6,9         | 0,6                                  |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 30           | 30                 | 0,5        | 1,5         | 3,6         | 0,3                                  |
| 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>1,8</b> | <b>11,8</b> | <b>58,0</b> | <b>4,8</b>                           |

|                                    |               |            |            |            |             |            |
|------------------------------------|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| <b>Обед</b>                        |               |            |            |            |             |            |
| Рассольник Ленинградский с зеленью | 250           | 120        | 2,0        | 5,1        | 16,4        | 1,4        |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)        | 50            | 7          | 0,4        | 0,1        | 1,3         | 0,1        |
| Мандарин                           | 1шт           | 39         | 0,9        | 0,2        | 8,3         | 0,7        |
| 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        |
| Сок фруктовый фасованный           | 200           | 90         | 0,0        | 0,0        | 22,4        | 1,9        |
| <b>Стоимость рациона</b>           | <b>102,24</b> | <b>357</b> | <b>3,5</b> | <b>5,5</b> | <b>73,5</b> | <b>6,1</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 14.12.2023

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> |              |                    |            |             |             |                                      |
| Винегрет овощной                      | 100          | 124                | 1,1        | 10,2        | 6,9         | 0,6                                  |
| Огурцы свежие                         | 30           | 4                  | 0,2        | 0,0         | 0,8         | 0,1                                  |
| 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>319</b>         | <b>1,5</b> | <b>10,3</b> | <b>55,2</b> | <b>4,6</b>                           |

| <b>Обед</b>   |               |            |            |            |             |            |
|---|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| Рассольник Ленинградский с зеленью                            | 250           | 120        | 2,0        | 5,1        | 16,4        | 1,4        |
| Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир) | 50            | 50         | 0,8        | 2,6        | 6,0         | 0,5        |
| Яблоко  | 1 шт          | 58         | 0,5        | 0,5        | 12,7        | 1,1        |
| 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        |
| Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"                           | 200           | 100        | 2,0        | 1,0        | 22,0        | 1,8        |
| <b>Стоимость рациона</b>                                      | <b>102,24</b> | <b>429</b> | <b>5,5</b> | <b>9,3</b> | <b>82,2</b> | <b>6,9</b> |

Инженер-технолог  
Стоярова 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 14 ДЕКАБРЯ 23 г



| 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 | 1шт       | 99,0               | 0,2      | 10,9    | 0,2         | 0,02                                 |
| <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   | 51,96 | 200       | 434,0              | 21,0     | 21,2    | 39,6        | 3,3                                  |
| Гуляш из говядины  | 60,97 | 100       | 150,0              | 10,7     | 10,5    | 3,2         | 0,3                                  |
| <b>Гарниры</b>   |       |           |                    |          |         |             |                                      |
| Каша гречневая рассыпчатая   | 10,64 | 150       | 246,0              | 8,5      | 7,3     | 36,6        | 3,1                                  |
| Горошек зеленый консервированный ( доп.гарнир)                       | 13,39 | 35        | 14,0               | 1,2      | 0,1     | 2,3         | 0,2                                  |
| <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                                  |
| Компот из смеси ягод   | 7,92  | 200       | 49,0               | 0,2      | 0,1     | 12,0        | 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.