

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

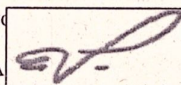
34

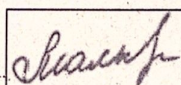
НА 31.01.24

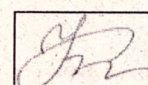
Согласовано
Директор школы № 34



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс | | | | | | |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Огурцы консервированные (доп. гарнир) | 20 | 3,0 | 0,2 | 0,02 | 0,6 | 0,05 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0 | 0 | 28,0 | 2,3 |
| М а н д а р и н | 1шт | 34,0 | 0,8 | 0,2 | 7,2 | 0,6 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,1 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 448,0 | 16,7 | 10,2 | 72,1 | 6,0 |
| Обед 1-4 класс | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью | 10/255 | 94,0 | 4,2 | 4,5 | 9,2 | 0,7 |
| Филе куриное панированное с маслом | 100/5 | 329,0 | 24,0 | 20,3 | 12,5 | 1,0 |
| Рис отварной | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из яблок | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 30 | 63,0 | 2,1 | 0,3 | 12,9 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 41 | 114,8 | 3,3 | 0,8 | 23,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 843,8 | 37,5 | 32,4 | 100,4 | 8,3 |
| Полдник | | | | | | |
| Плюшка московская | 70 | 196,0 | 5,1 | 5,4 | 31,7 | 2,6 |
| Напиток овсяный | 200 | 140,0 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 336,0 | 7,1 | 11,8 | 50,7 | 4,2 |

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.

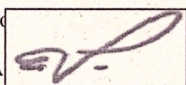
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

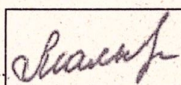
НА 31.01.24

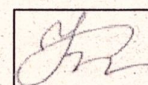
Согласовано
Директор школы № 34



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Огурцы консервированные (доп.гарнир) | 20 | 3,0 | 0,2 | 0,02 | 0,6 | 0,05 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0 | 0 | 28,0 | 2,3 |
| М а н д а р и н | 1шт | 34,0 | 0,8 | 0,2 | 7,2 | 0,6 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 30 | 84,0 | 2,4 | 0,6 | 17,1 | 1,4 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 448,0 | 16,7 | 10,2 | 72,1 | 6,0 |
| Обед 1-4 класс(льготный+платный) | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью | 10/255 | 94,0 | 4,2 | 4,5 | 9,2 | 0,7 |
| Филе куриное панированное с маслом | 100/5 | 329,0 | 24,0 | 20,3 | 12,5 | 1,0 |
| Рис отварной | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из яблок | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,2 |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 30 | 63,0 | 2,1 | 0,3 | 12,9 | 1,1 |
| Батон витаминный с микронутриентами | 41 | 114,8 | 3,3 | 0,8 | 23,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 843,8 | 37,5 | 32,4 | 100,4 | 8,3 |
| Полдник(льготный+платный) | | | | | | |
| Плюшка московская | 70 | 196,0 | 5,1 | 5,4 | 31,7 | 2,6 |
| Напиток овсяный | 200 | 140,0 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 336,0 | 7,1 | 11,8 | 50,7 | 4,2 |

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.

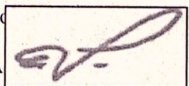
ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

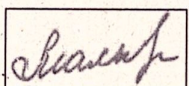


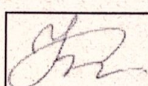
НА 31.01.24

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) | | | | | | |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 112,0 | 0,0 | 0,0 | 28,0 | 2,3 |
| Я б л о к о | 130 | 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 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 455,0 | 15,8 | 10,4 | 74,2 | 6,2 |
| Обед 5-11 класс (льготный+платный) | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью | 10/255 | 94,0 | 4,2 | 4,5 | 9,2 | 0,8 |
| Филе куриное панированное | 100 | 296,0 | 24,0 | 16,7 | 12,4 | 1,0 |
| Рис отварной | 180 | 220,0 | 4,4 | 7,5 | 33,7 | 2,8 |
| Компот из яблок | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,2 |
| 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 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 791,0 | 36,6 | 29,7 | 94,3 | 7,9 |
| Полдник 5-11 класс (льготный+ платный) | | | | | | |
| Пирожок печеный сдобный с курицей и капустой | 75 | 160,0 | 8,8 | 5,6 | 18,6 | 1,6 |
| Я б л о к о | 1 шт | 58,0 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Компот из ягод | 200 | 49,0 | 0,2 | 0,1 | 12,0 | 1,0 |
| Стоимость рациона | 39,41 | 267,0 | 9,5 | 6,2 | 43,3 | 3,6 |

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 31.01.2024

Согласовано
Директор школы 34

Патрушева



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 кл Указ Президента | | | | | | |
| Рагу овощное | 150 | 115 | 2,1 | 7,3 | 10,3 | 0,9 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 70 | 10 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 0,2 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 10,1 | 41 | 0,2 | 0,1 | 0,0 |
| Мандарин | 1шт | 34 | 0,8 | 0,2 | 7,2 | 0,6 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 229 | 44,5 | 7,8 | 34,4 | 2,9 |

| Обед | | | | | | |
|---|---------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью | 250 | 98 | 1,7 | 4,9 | 9,8 | 0,8 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 35 | 5 | 0,3 | 0,0 | 0,9 | 0,1 |
| Мандарин | 1шт | 42 | 1,0 | 0,2 | 9,0 | 0,8 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Компот из яблок | 200 | 58 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,2 |
| Сок фруктовый фасованный | 200 | 90 | 0,0 | 0,0 | 22,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 353 | 3,2 | 5,3 | 71,0 | 5,9 |

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 31.01.2024

Согласовано

Директор школы № 34



(Зимина)

| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|---------------------------------------|--------------|--------------------|-------------|------------|-------------|--------------------------------------|
| Завтрак 1-4 кл Указ Президента | | | | | | |
| Рагу овощное | 150 | 115 | 2,1 | 7,3 | 10,3 | 0,9 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 70 | 10 | 0,6 | 0,1 | 1,8 | 0,2 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 10,1 | 41 | 0,2 | 0,1 | 0,0 |
| Мандарин | 1шт | 34 | 0,8 | 0,2 | 7,2 | 0,6 |
| Стоимость рациона | 85,20 | 229 | 44,5 | 7,8 | 34,4 | 2,9 |

| Обед | | | | | | |
|---|---------------|--------------|------------|-------------|-------------|------------|
| Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью | 250 | 98 | 1,7 | 4,9 | 9,8 | 0,8 |
| Огурцы свежие (доп.гарнир) | 60 | 8 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | 0,1 |
| Яблоко | 1шт | 58 | 0,5 | 0,5 | 12,7 | 1,1 |
| Пюре фруктовое | 90 | 60 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 1,3 |
| Компот из яблок | 200 | 58 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,2 |
| Напиток овсяный | 200 | 140 | 2,0 | 6,4 | 19,0 | 1,6 |
| Стоимость рациона | 102,24 | 422,0 | 4,9 | 12,1 | 71,9 | 6,0 |

Инженер-технолог

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева Г.А.

директор по
производству

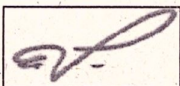
Корнева Е.И.

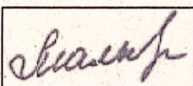
* - информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде

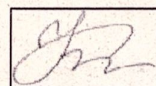
Согласовано
Директор школы № 341



| Наименование блюда | Цена | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|-------|-----------|--------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i> | | | | | | | |
| <i>Первые блюда</i> | | | | | | | |
| Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью | 25,55 | 10/255 | 94,0 | 4,2 | 4,5 | 9,2 | 0,7 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Жаркое по-домашнему | 66,24 | 200 | 215,0 | 13,3 | 9,4 | 19,2 | 1,6 |
| Филе куриное панированное | 62,53 | 100 | 296,0 | 24,0 | 16,7 | 12,4 | 1,0 |
| <i>Гарниры</i> | | | | | | | |
| Рис отварной | 11,96 | 150 | 185,0 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Огурцы консервированные (доп.гарнир) | 3,99 | 20 | 3,0 | 0,2 | 0,02 | 0,6 | 0,05 |
| <i>Напитки</i> | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 1,44 | 200 | 41,0 | 0,2 | 0,1 | 10,1 | 0,8 |
| Чай без сахара | 0,48 | 200 | 2,0 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0 |
| Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 7,76 | 200 | 112,0 | 0,0 | 0,0 | 28,0 | 2,3 |
| Компот из яблок | 4,69 | 200 | 58,0 | 0,2 | 0,2 | 13,9 | 1,2 |
| <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.