

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 12.03.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	3,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Апельсин	1шт	52,0	1,2	0,3	11,1	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
Стоимость рациона	85,20	722,8	31,1	29,2	83,9	6,9
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Яблоко	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	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона	102,24	720,0	26,3	19,9	98,8	8,2
Полдник 1-4 класс						
Йогурт фруктовый	200	75,0	3,0	2,8	9,5	0,8
Сдоба обыкновенная	60	191,0	4,9	3,0	35,9	3,0
Стоимость рациона	39,41	266,0	7,9	5,8	45,4	3,8

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 12.03.24

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)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	85,20	695,0	29,0	25,7	86,9	7,2
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	2,8
Компот из кураги	200	86,0	1,0	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
Стоимость рациона	102,24	682,0	26,5	20,1	88,9	7,4
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)						
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,8
Пирожок печеный сдобный с творогом	75	182,0	9,0	7,0	20,9	1,7
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Стоимость рациона	39,41	330,0	9,5	7,5	56,0	4,6

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

(гипоаллергенное)

на 12.03.2024

Согласовано
Директор школы № 34

(Зими́на)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Огурцы свежие	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	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Молоко витаминизированное	200	120	6,0	6,4	9,4	0,8
Стоимость рациона	85,20	231	6,8	6,6	36,3	3,0

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Салат из свеклы с яблоками	100	87	1,1	6,0	7,1	0,6
Апельсин	1шт	52	1,2	0,3	11,1	0,9
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	102,24	438	4,5	11,5	79,7	6,6

Полдник						
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Апельсин	1шт	52	1,2	0,3	11,1	0,9
Стоимость рациона	39,41	142	1,2	0,3	33,5	2,8

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 12.03.2024

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						
Капуста тушёная	150	105	2,8	7,3	7,0	0,6
Огурцы свежие	20	3	0,2	0,0	0,5	0,0
Яблоко	1шт	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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	85,20	357,0	3,7	7,9	67,7	5,6

Обед						
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Салат из свеклы с яблоками	100	87	1,1	6,0	7,1	0,6
Апельсин	1шт	52	1,2	0,3	11,1	0,9
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	102,24	438	4,5	11,5	79,7	6,6

Полдник						
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Яблоко	1шт	53	0,5	0,5	11,8	1,0
Стоимость рациона	39,41	193	2,5	6,9	30,8	2,6

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева Е.И.

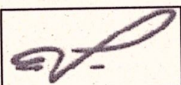
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

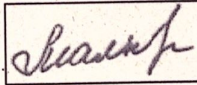
МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 12 МАРТА 24 г

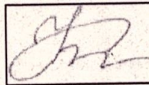
Согласовано _____
Директор школы № _____



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	25,28	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Вторые блюда							
Гуляш из говядины	58,83	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Запеканка из творога со сусленным молоком	58,27	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	3,0
Котлета куриная	50,55	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Блинчики	20,07	150	328,0	11,7	10,5	47,5	3,9
Блинчики с маслом	28,97	150/10	385,0	11,8	16,9	47,6	3,9
Блинчики с вареньем	29,55	150/30	399,0	11,8	10,4	65,9	5,5
Блинчики с яблочным фаршем	20,25	135	318,0	7,6	13,5	40,6	3,4
Блинчики с молоком сгущенным	30,63	150/30	413,0	13,7	12,7	61,8	5,2
Оладьи с вареньем	24,09	150/30	452,0	11,5	11,9	76,3	6,4
Оладьи с маслом	23,51	150/10	438,0	11,4	18,4	57,9	4,8
Оладьи с молоком сгущенным	25,17	150/30	466,0	13,4	14,2	72,1	6,0
Гарниры							
Рожки отварные	8,70	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Рис отварной	13,62	150					
Напитки							
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
Кофейный напиток витаминизированный	8,16	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Сок фруктовый	14,40	200/7	90,0	0,0	0,0	22,4	1,8
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб							
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
Мальшова 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.