



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.03.24

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 шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Жаркое с индейкой	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>500,4</b>	<b>17,9</b>	<b>23,9</b>	<b>53,2</b>	<b>4,4</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	0,5
Биточки " Школьные "	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Икра кабачковая ( доп. гарнир)	30	23,0	0,4	1,4	2,3	0,2
Сок фруктовый	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,1	0,8	22,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>856,2</b>	<b>34,3</b>	<b>30,8</b>	<b>110,6</b>	<b>9,2</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 рисом, яйцом	75	284,0	13,6	14,5	24,7	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>404,0</b>	<b>19,6</b>	<b>20,9</b>	<b>34,1</b>	<b>2,8</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 13.03.24

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>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Жаркое с индейкой	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	26	72,8	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>435,8</b>	<b>16,9</b>	<b>20,8</b>	<b>45,3</b>	<b>3,7</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
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,6
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	33	92,4	2,6	0,7	18,9	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>834,4</b>	<b>35,3</b>	<b>31,0</b>	<b>103,9</b>	<b>8,7</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,5
Напиток овсяный 0,2	1 шт	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>284,0</b>	<b>6,9</b>	<b>6,1</b>	<b>51,6</b>	<b>4,3</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

(гипоаллергенное)

на 13.03.2024

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)	50	50	0,8	2,6	6,0	0,5
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
Апельсин	1 шт	52	1,2	0,3	11,1	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>318,0</b>	<b>4,3</b>	<b>10,3</b>	<b>52,5</b>	<b>4,4</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	1 шт	39	0,9	0,2	8,3	0,7
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>353</b>	<b>3,1</b>	<b>7,0</b>	<b>69,3</b>	<b>5,8</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 13.03.2024

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	150	115	2,1	7,3	10,3	0,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	50	50	0,8	2,6	6,0	0,5
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
Апельсин	1шт	52	1,2	0,3	11,1	0,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>318</b>	<b>4,3</b>	<b>10,3</b>	<b>52,5</b>	<b>4,4</b>

<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	79	1,6	5,0	7,0	0,6
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Сок фруктовый	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>483,0</b>	<b>3,0</b>	<b>15,6</b>	<b>82,3</b>	<b>6,9</b>

<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Яблоко	2шт	116	1,0	1,0	25,4	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>206</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>47,8</b>	<b>4,0</b>

Инженер-технолог  
Стоярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

производство  
Корнева Е.И.

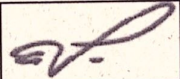
\* - информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

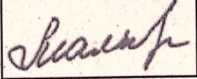
МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 13 МАРТА 24г

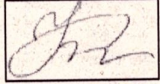
Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Масло шоколадное	10,56	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	17,87	100	100,0	1,6	5,2	12,0	1
<b>Первые блюда</b>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	26,02	10/250	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
<b>Вторые блюда</b>							
Жаркое с индейкой	70,02	200	224,0	14,4	10,9	17,0	1,4
Биточки " Школьные "	52,77	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Б л и н ч и к и	20,07	150	328,0	11,7	10,5	47,5	3,9
Б л и н ч и к и с маслом	28,97	150/10	385,0	11,8	16,9	47,6	3,9
Б л и н ч и к и с вареньем	29,55	150/30	399,0	11,8	10,4	65,9	5,5
Б л и н ч и к и с яблочным фаршем	20,25	135	318,0	7,6	13,5	40,6	3,4
Б л и н ч и к и с молоком сгущенным	30,63	150/30	413,0	13,7	12,7	61,8	5,2
О л а д ь и с вареньем	24,09	150/30	452,0	11,5	11,9	76,3	6,4
О л а д ь и с маслом	23,51	150/10	438,0	11,4	18,4	57,9	4,8
О л а д ь и с молоком сгущенным	25,17	150/30	466,0	13,4	14,2	72,1	6,0
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	10,76	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	4,95	30	23,0	0,4	1,4	2,3	0,2
<b>Напитки</b>							
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
Сок фруктовый	14,40	200/7	90,0	0,0	0,0	22,4	1,8
Компот из яблок	4,69	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
<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.