

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

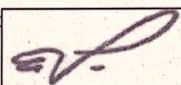
34

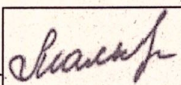


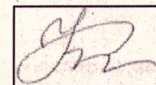
НА 14.03.24

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</b>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>671,2</b>	<b>22,0</b>	<b>26,3</b>	<b>85,9</b>	<b>7,1</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	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	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	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	2,5	0,6	17,7	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>817,9</b>	<b>31,5</b>	<b>23,9</b>	<b>111,2</b>	<b>9,3</b>
<b>Полдник</b>						
Напиток овсяный 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
Плюшка Московская	60	170,0	4,6	4,7	27,3	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>270,0</b>	<b>6,6</b>	<b>5,7</b>	<b>49,3</b>	<b>4,1</b>

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 14.03.24

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>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Какао с молоком	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Батон витаминный с микронутриентами	24	67,2	1,9	0,5	13,7	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>671,2</b>	<b>22,0</b>	<b>26,3</b>	<b>85,9</b>	<b>7,1</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	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	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	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	31	86,8	2,5	0,6	17,7	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>817,9</b>	<b>31,5</b>	<b>23,9</b>	<b>111,2</b>	<b>9,3</b>
<b>Полдник (льготный+платный)</b>						
Напиток овсяный 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	1,8
Плюшка Московская	60	170,0	4,6	4,7	27,3	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>270,0</b>	<b>6,6</b>	<b>5,7</b>	<b>49,3</b>	<b>4,1</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 14.03.24

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>						
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	49	137,2	3,9	0,9	28,0	2,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>607,2</b>	<b>16,0</b>	<b>13,1</b>	<b>105,8</b>	<b>8,8</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	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	26	73,0	2,1	0,5	14,9	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>744,0</b>	<b>30,6</b>	<b>23,3</b>	<b>95,3</b>	<b>7,9</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Пирожок печеный сдобный с мясом, рисом	80	222,0	9,7	10,7	21,7	1,8
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>326,0</b>	<b>10,4</b>	<b>11,0</b>	<b>46,3</b>	<b>3,9</b>

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

(гипоаллергенное)

на 14.03.2024

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>						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,8
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>410</b>	<b>2,1</b>	<b>13,9</b>	<b>69,2</b>	<b>5,8</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
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>413</b>	<b>4,2</b>	<b>8,1</b>	<b>81,0</b>	<b>6,8</b>

<b>Полдник</b>						
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>39,41</b>	<b>198</b>	<b>2,5</b>	<b>6,9</b>	<b>31,7</b>	<b>2,6</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малышева 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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 14.03.2024

Патрушева

Согласовано № 34  
Директор школы 34



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	130	161	1,4	13,3	9,0	0,8
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>85,20</b>	<b>410,0</b>	<b>2,1</b>	<b>13,9</b>	<b>69,2</b>	<b>5,8</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
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>102,24</b>	<b>413</b>	<b>4,2</b>	<b>8,1</b>	<b>81,0</b>	<b>6,8</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  
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 14 МАРТА 24 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Бутерброд горячий с сыром	26,67	45	173,0	7,2	11	11,5	0,9
<i>Первые блюда</i>							
Рассольник Ленинградский с перлово крупой, мясом, сметаной, зеленью	31,63	10/260	135,0	4,7	5,4	16,8	1,4
<i>Вторые блюда</i>							
Плов из говядины	60,90	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Макаронник с мясом	60,98	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Каша молочная " Дружба " с маслом	18,84	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
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
<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
Какао с молоком	15,54	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,76	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<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.