

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.03.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
Каша молочная пшеничная с маслом	200/4	200,0	6,4	6,8	28,3	2,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1 шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Яблоко	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	21	59,0	1,7	0,4	12,0	1,0
Стоимость рациона	85,20	675,0	20,9	23,3	94,5	7,9
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Соте из индейки с овощами	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
В а ф л и 1/30	1 шт	158,0	1,1	9,4	17,3	1,4
Компот из груши	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	102,24	728,0	29,4	25,6	95,5	7,9
Полдник						
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
Стоимость рациона	39,41	326,0	10,4	11,0	46,3	3,9

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 21.03.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный+платный)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
Каша молочная пшенная с маслом	200/4	200,0	6,4	6,8	28,3	2,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	21	59,0	1,7	0,4	12,0	1,0
Стоимость рациона	85,20	675,0	20,9	23,3	94,5	7,9
Обед 1-4 класс (льготный+платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Соте из индейки с овощами	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Вареники 1/30	1шт	158,0	1,1	9,4	17,3	1,4
Компот из груши	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	102,24	728,0	29,4	25,6	95,5	7,9
Полдник (льготный+платный)						
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
Стоимость рациона	39,41	326,0	10,4	11,0	46,3	3,9

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.

МБОУ «Школа № 34»

Согласовано
Директор школы №

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Малышева Г.А.



* - 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 21.03.2024

(Зими́на)

Согласовано

Директор школы 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Винегрет овощной	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
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
Груша	1шт	92	0,8	0,6	20,6	1,7
Стоимость рациона	85,20	317	2,1	10,9	52,6	4,4

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2	5,1	14,0	1,2
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	6	0,3	0,1	1,1	0,1
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	40	39	0,6	2,0	4,5	0,4
Пюре фруктовое	90	60	0	0,0	15,0	1,3
Напиток овсяный	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Компот из груш	200	58	0,2	0,1	14,0	1,2
Стоимость рациона	102,24	411	5,1	13,7	67,6	5,6

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

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 21.03.2024

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						
Винегрет овощной	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
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
Груша	1шт	92	0,8	0,6	20,6	1,7
Стоимость рациона	85,20	317	2,1	10,9	52,6	4,4

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2	5,1	14,0	1,2
Капуста цветная отварная с маслом	150	93	4	5,5	6,8	0,6
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
Пюре фруктовое	90	60	0	0,0	15,0	1,3
Компот из груш	200	58	0,2	0,1	14,0	1,2
Стоимость рациона	102,24	377	6,7	11,2	62,5	5,2

Полдник						
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Апельсин	1шт	55	1,3	0,3	11,7	1,0
Стоимость рациона	39,41	145	1,3	0,3	34,1	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.

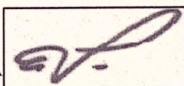
МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 21 МАРТА 24 г

Согласовано

Директор школы № 34

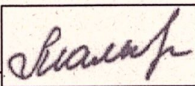
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Примерн ое количес тво
Холодные блюда							
Бутерброд горячий с сыром	26,67	45	173,0	7,2	11	11,5	0,9
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	25,28	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная пшенная с маслом	16,87	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,3
Соте из индейки с овощами	61,65	200	220,0	14,3	10,9	16,0	1,3
Гуляш из говядины	58,83	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Гарниры							
Рис отварной	13,62	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,3
Постные блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	10,32	250	146,0	5,3	5,3	19,5	1,6
Котлета свекольная	10,67	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,5
Рис отварной с маслом растительным	7,86	150	226,0	3,6	7,5	28,4	2,3
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
Компот из груши	8,35	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
Кофейный напиток витаминизированный	8,16	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
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.

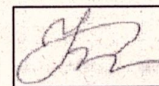


Калькулятор

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.