

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



НА 03.04.24

Согласовано

и.о. Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Плов из индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4,0	0,2	0,0	0,7	0,06
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Апельсин	1 шт	76,0	1,8	0,4	16,2	1,4
Батон витаминный с микроэлементами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	85,20	580,0	15,3	18,2	88,7	7,4
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушеные	150	126,0	3,2	6,3	14,1	1,1
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микроэлементами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микроэлементами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,0
Стоимость рациона	102,24	733,0	31,9	23,1	99,7	8,3

Инженер-техно

Калькулятор

Столярова Е.А.

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 03.04.24

Согласовано

и.о. 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)						
Плов из индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4,0	0,2	0,0	0,7	0,06
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Апельсин	1шт	76,0	1,8	0,4	16,2	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
Стоимость рациона	85,20	580,0	15,3	18,2	88,7	7,4
Обед 1-4 класс(льготный+платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушеные	150	126,0	3,2	6,3	14,1	1,1
Напиток из плодов шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,0
Стоимость рациона	102,24	733,0	31,9	23,1	99,7	8,3
Полдник(льготный+платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,5	0,8
Плюшка с сахаром	75	233,0	5,0	7,5	36,4	3,0
Стоимость рациона	39,41	308,8	8,0	10,3	45,9	3,8

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 03.04.24

Согласовано

И.О. 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	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,01
Плов из индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	25	4,0	0,2	0,0	0,7	0,06
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	39	109,2	3,1	0,8	22,3	1,9
Стоимость рациона	85,20	628,2	14,3	28,9	77,8	6,5
Обед 5-11 класс (льготный+платный)						
Суп картофельный с горохом, мясом,зеленью	10/250	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушеные	180	150,0	3,9	7,4	16,8	1,4
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
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	702,0	31,0	23,9	91,1	7,6
Полдник 5-11 класс (льготный+платный)						
Пирожок печеный сдобный с мясом,луком	75	195,0	9,7	9,3	18,2	1,5
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Стоимость рациона	39,41	253,0	9,9	9,5	32,1	2,7

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 03.04.2024

Согласовано

М.В. 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						
Винегрет овощной	100	121	1,0	10,1	6,4	0,5
Огурцы свежие (доп.гарнир)	45	6	0,4	0,0	1,1	0,1
Апельсин	1шт	76	1,8	0,4	16,2	1,4
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Чай с сахаром	200	41	0,3	0,1	10,2	0,9
Стоимость рациона	85,20	304	3,5	10,6	48,9	4,1

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Овощи тушеные	150	126	3,2	6,3	14,1	1,2
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	102,24	425	5,4	11,5	75,6	6,3

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

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 03.04.2024

Согласовано

И.о. 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	121	1,0	10,1	6,4	0,5
Огурцы свежие (доп.гарнир)	45	6	0,4	0,0	1,1	0,1
Апельсин	1шт	76	1,8	0,4	16,2	1,4
Пюре фруктовое	90	60	0,0	0,0	15,0	1,3
Чай с сахаром	200	41	0,3	0,1	10,2	0,9
Стоимость рациона	85,20	304	3,5	10,6	48,9	4,1

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Овощи тушеные	150	126	3,2	6,3	14,1	1,2
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
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	102,24	425	5,4	11,5	75,6	6,3

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 03 АПРЕЛЯ 2022 г

Согласовано

И.О. Директор школы № 34



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	0,01
Огурцы свежие с маслом растительным	16,42	100	104,0	0,8	10,09	2,5	0,2
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							
Биточки домашние	50,20	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Плов из индейки	61,49	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Гарниры							
Овощи тушеные	24,92	150	126,0	3,2	6,3	14,1	1,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	4,01	25	4,0	0,2	0	0,7	0,06
Постные блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	10,26	250	146,0	5,3	5,3	19,5	1,6
Котлета свекольная	10,67	100	172,0	3,7	7,8	18,8	1,6
Овощи тушеные с маслом растительным	20,76	150	145,0	3,2	8,5	14,0	1,2
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	0,0
Напиток из шиповника	7,75	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Хлеб							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева 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.