

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34



НА 06.09.24

Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Пюре яблочное 1/125	1 шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,1
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>532,0</b>	<b>21,5</b>	<b>14,9</b>	<b>76,7</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>747,1</b>	<b>33,7</b>	<b>24,3</b>	<b>90,5</b>	<b>7,5</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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

НА 06.09.24

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>						
Котлета куриная	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,2
Чай с лимоном	200/15	44,0	0,3	0,1	10,5	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>532,0</b>	<b>21,5</b>	<b>14,9</b>	<b>76,7</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,6
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,2	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>747,1</b>	<b>33,7</b>	<b>24,3</b>	<b>90,5</b>	<b>7,5</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,6	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>323,8</b>	<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>48,4</b>	<b>4,0</b>

Инженер-технолог

Горячкина НН

Калькулятор

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

НА 06.09.24

Согласовано  
Директор школы М



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	0,9
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	29	81,2	2,3	0,6	16,6	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>611,2</b>	<b>25,5</b>	<b>25,0</b>	<b>71,0</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,5
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
Хлеб полезный с микронутриентами	28	59,4	2,0	0,3	12,0	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>724,4</b>	<b>32,8</b>	<b>24,1</b>	<b>86,1</b>	<b>7,1</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,6	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>323,8</b>	<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>48,4</b>	<b>4,0</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

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 06.09.2024

Согласовано

Директор школы № 34

(Патрушева, Зимина)



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	130	87	2,2	2,3	14,2	1,2
Огурцы свежие (доп. гарнир)	75	10	0,6	0,1	1,9	0,2
Помидоры свежие (доп. гарнир)	70	15	0,8	0,1	2,7	0,2
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>347</b>	<b>4,2</b>	<b>3,0</b>	<b>75,9</b>	<b>6,3</b>

<b>Обед</b>						
Суп из овощей с зеленью	250	96	1,8	5,3	10,5	0,9
Салат из свеклы с огурцами консервированными	100	81	1,4	5,7	5,4	0,5
Груша	1 шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	1,8
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>408</b>	<b>6,2</b>	<b>12,7</b>	<b>68,1</b>	<b>5,7</b>

<b>Полдник</b>						
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>145</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>34,7</b>	<b>2,9</b>

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

Калькулятор  
Филиппова У.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



Меню учителя на 06 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	35,41	255	112,0	6,8	6,2	7,0	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	41,17	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,4
Митболлы в томатном соусе	63,01	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	0,9
Макаронник с мясом	60,78	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,3
<i>Гарниры</i>							
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	10,88	60	8,0	0,5	0,06	1,5	0,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	13,59	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Рис отварной	17,47	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р  
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.