



# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.09.24

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>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Жаркое с индейкой	200	250,0	9,5	16,2	18,2	1,5
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	65	9,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Батон, обогащенный йодоказеином	39	94,0	2,8	0,9	19,5	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>537,0</b>	<b>15,6</b>	<b>26,3</b>	<b>61,8</b>	<b>5,1</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	265	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
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
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
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, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>844,0</b>	<b>34,4</b>	<b>32,5</b>	<b>104,1</b>	<b>8,7</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,5
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>324,0</b>	<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</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

НА 11.09.24

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>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Жаркое с индейкой	200	250,0	9,5	16,2	18,2	1,5
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Батон, обогащенный йодоказеином	39	94,0	2,8	0,9	19,5	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>528,0</b>	<b>15,1</b>	<b>26,3</b>	<b>60,3</b>	<b>5,0</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	265	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
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
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, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>879,0</b>	<b>35,3</b>	<b>33,9</b>	<b>108,9</b>	<b>9,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,5
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>324,0</b>	<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</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.

Меню учителя на 11 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	11,75	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
<i>Первые блюда</i>							
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	29,01	265	121,0	4,7	6,9	10,1	0,8
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки " Школьные "	53,24	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,8
Жаркое с индейкой	63,08	200	250,0	9,5	16,2	18,2	1,5
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,30	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	11,78	65	9,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	15,85	70	15,0	0,8	0,1	2,7	0,2
<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
Кофейный напиток витаминизированный	10,37	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Напиток из шиповника	8,22	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

(гипоаллергенное)

на 11.09.2024

Согласовано  
Директор школы 34



(Зими́на, Па́трушева)

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)	65	9	0,5	0,1	1,5	0,1
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	6	0,3	0,0	1,1	0,1
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
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>387</b>	<b>5,6</b>	<b>9,3</b>	<b>70,5</b>	<b>5,9</b>

<b>Обед</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	0,8
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Напиток из плодов шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,1
Груша	1 шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>453</b>	<b>4,1</b>	<b>15,9</b>	<b>71,1</b>	<b>5,9</b>

<b>Полдник</b>						
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>189</b>	<b>2,4</b>	<b>6,8</b>	<b>29,8</b>	<b>2,5</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.