

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Шницель " Нежный "	90	219,0	15,0	12,2	11,9	0,9
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	22,5	1,9
Стоимость рациона	91,33	702,0	22,8	29,4	87,3	7,2
Обед 1-4 класс						
Солянка домашняя с зеленью	250	104,0	5,9	5,5	6,8	0,5
Запеканка картофельная с мясом	200	259,0	11,5	13,7	22,5	1,8
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	35	84,0	2,5	0,8	17,5	1,5
Стоимость рациона	109,60	617,0	22,8	23,5	78,3	6,5

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 13.09.24

Согласовано
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)						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Шницель " Нежный "	90	219,0	15,0	12,2	11,9	0,9
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	45	108,0	3,2	1,1	22,5	1,9
Стоимость рациона		91,33	702,0	22,8	29,4	87,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя с зеленью	250	104,0	5,9	5,5	6,8	0,5
Запеканка картофельная с мясом	200	259,0	11,5	13,7	22,5	1,8
Капуста квашенная с маслом растительным, сахаром	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	35	84,0	2,5	0,8	17,5	1,5
Стоимость рациона		109,60	617,0	22,8	23,5	78,3
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	201	156,7	5,6	5,0	22,1	1,8
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	2,8
Стоимость рациона		42,25	484,7	24,1	18,5	55,2

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшева 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 13.09.24

Согласовано

Директор



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	0,8
Стоимость рациона	91,33	505,0	13,8	18,9	70,4	5,8
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Солянка домашняя с зеленью	250	104,0	5,9	5,5	6,8	0,5
Запеканка картофельная с мясом	200	259,0	11,5	13,7	22,5	1,8
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
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
Стоимость рациона	109,60	522,0	20,8	20,2	64,0	5,2
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пицца " Школьная"	100	274,0	13,5	10,4	31,5	2,6
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
Стоимость рациона	42,25	386,0	13,5	10,4	59,5	4,9

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.

Меню учителя на 13 СЕНТЯБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	14,63	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя с зеленью	34,03	250	104,0	5,9	5,5	6,8	0,5
<i>Вторые блюда</i>							
Шницель " Нежный "	46,39	90	219,0	15,0	12,2	11,9	0,9
Плов из говядины	63,42	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Запеканка картофельная с мясом	57,94	200	259,0	11,5	13,7	22,5	1,8
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	17,47	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	11,32	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
<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	0,9
Компот из груш	13,01	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
<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 12.09.2024

Согласовано
/ Директор школы 34



(Зими́на, Па́трушева)

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Капуста тушеная	150	105	2,8	7,3	7,0	0,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,1
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
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
Стоимость рациона	91,33	299	4,3	8,0	52,5	4,4

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,3	0,1
Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	13	0,7	0,1	2,3	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Стоимость рациона	109,60	574	7,1	25,5	80,3	6,7

Полдник						
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	42,25	139	0,4	0,4	33,2	2,8

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.