

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.09.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность ккал/100г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Плов из филе индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	4,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Яблоко	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	42	117,6	3,3	0,8	24,0	2,0
Стоимость рациона	91,33	655,6	15,2	24,6	93,1	7,7
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушёные	150	146,0	3,2	8,5	14,3	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	40	85,0	2,8	0,5	17,3	1,4
Батон витаминный с микроэлементами	30	141,0	4,0	1,0	28,6	2,4
Стоимость рациона	109,60	827,0	34,9	25,6	106,6	8,8

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Мальцева 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 18.09.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Плов из филе индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	42	117,6	3,3	0,8	24,0	2,0
Стоимость рациона	91,33	655,6	15,2	24,6	93,1	7,7
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Овощи тушеные	150	146,0	3,2	8,5	14,3	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	40	85,0	2,8	0,5	17,3	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,4
Стоимость рациона	109,60	827,0	34,9	25,6	106,6	8,8
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,5	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
Стоимость рациона	42,25	323,8	8,3	10,8	48,3	4,0

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 18.09.24

Согласовано
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 шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Плов из филе индейки	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	91,33	642,0	14,6	24,6	90,5	7,5
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	109,60	875,0	38,9	25,2	115,6	9,6
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,8	3,0	2,8	9,5	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
Стоимость рациона	42,25	323,8	8,3	10,8	48,3	4,0

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 18.09.2024

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						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,8
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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Стоимость рациона	91,33	355	2,9	14,0	54,5	4,5

Обед						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Овощи тушёные	150	145	3,2	8,5	14,0	1,2
Огурцы свежие (доп. гарнир)	100	14	0,8	0,2	2,6	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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Стоимость рациона	109,60	552	8,6	20,7	84,3	7,0

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.

Меню учителя на 18 СЕНТЯБРЯ 24г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с чечевицей, мясом, зеленью	33,59	260	172,0	10,1	4,3	23,1	1,9
<i>Вторые блюда</i>							
Плов из индейки	60,94	200	375,0	10,7	17,1	44,5	3,7
Биточки домашние	50,48	100	198,0	13,8	11,3	10,1	0,8
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,30	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Овощи тушёные	21,73	150	146,0	5,2	8,5	14,3	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	10,88	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
<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
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулянт

Мадлышева 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.