

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.09.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	4,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,0
Стоимость рациона	91,33	682,0	20,5	19,5	106,0	8,8
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	109,60	778,1	28,7	23,6	112,5	9,4

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Малышева ГА

* - 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 30.09.24

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	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,1
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	4,8
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	41	115,0	3,3	0,8	23,5	2,0
Стоимость рациона	91,33	682,0	20,5	19,5	106,0	8,8
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие (доп. гарнир)	65	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,1	1,8	0,3	11,2	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	1,9
Стоимость рациона	109,60	778,1	28,7	23,6	112,5	9,4
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Йогурт фруктовый питьевой	202	75,7	3,0	2,8	9,6	0,8
Плюшка с сахаром	80	248,0	5,3	8,0	38,8	3,2
Стоимость рациона	42,25	323,7	8,3	10,8	48,4	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 30.09.24

Согласовано
Директор школы _____

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Пудинг "Лакомка" со сгущенным молоком	200/25	486,0	20,9	14,3	68,6	5,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	91,33	599,0	23,2	14,9	93,2	7,7
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	3,6
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	27	75,6	2,2	0,5	15,4	1,3
Стоимость рациона	109,60	776,6	28,7	24,7	109,8	9,1
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,1
Пицца сырная	100	353,0	14,4	17,1	35,3	2,9
Стоимость рациона	42,25	457,0	15,1	17,4	59,9	5,0

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 30.09.2024

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						
Пюре картофельное	150	98	2,5	4,7	11,5	1,0
Помидоры свежие (доп. гарнир)	80	17	0,9	0,2	3,0	0,3
Яблоко	1шт	58	0,5	0,5	12,7	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
Стоимость рациона	91,33	359	4,1	5,5	73,5	6,0

Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Груши	1шт	90	0,8	0,6	20,1	0,9
Компот из яблок	200	58	0,2	0,2	13,9	1,2
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Стоимость рациона	109,60	502	5,9	22,4	69,8	5,0

Полдник						
Яблоко	1 шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
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	42,25	154	0,7	0,6	36,6	3,1

Инженер-технолог
Горова 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 30 СЕНТЯБРЯ 24г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	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 сырный с гренками, зеленью	27,03	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
<i>Вторые блюда</i>							
Пудинг " Лакомка" со сгущенным молоком	67,68	150/30	401,0	16,3	11,9	57,3	4,8
Гуляш из говядины	55,21	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,30	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	14,72	65	13,0	0,7	0,1	2,3	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
Компот из яблок	6,84	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
<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.