

39

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.10.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Каша молочная рисовая с маслом	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	3,0
Кисломолочный продукт "Б и о л а к т" 1/100	1штг	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	23	55,2	1,6	0,6	11,5	1,1
Стоимость рациона	91,33	596,2	18,0	26,9	70,4	7,0
Обед 1-4 класс						
Суп куриный с зеленью	250	96,0	2,3	3,0	11,7	1,2
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	55	54,0	0,9	2,9	6,3	0,6
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	109,60	517,4	20,0	16,2	70,5	7,0

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 10.10.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс(льготный/платный)						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Каша молочная рисовая с маслом	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	3,0
Кисломолочный продукт " Би о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	23	55,2	1,6	0,6	11,5	1,1
Стоимость рациона	91,33	596,2	18,0	26,9	70,4	7,0
Обед 1-4 класс (льготный/платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96,0	2,3	3,0	11,7	1,2
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром(доп.гарнир)	55	54,0	0,9	2,9	6,3	0,6
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
Стоимость рациона	109,60	517,4	20,0	16,2	70,5	7,0
Полдник 1-4 класс (льготный/платный)						
Сок фруктовый	209	94,0	0,0	0,0	23,4	2,3
Печенье " Двойная радость " с начинкой 1/50	1шт	235,0	2,5	11,0	31,5	3,2
Стоимость рациона	42,25	329,0	2,5	11,0	54,9	5,5

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 10.10.24

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)						
Митболлы в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	1,0
Булгур отварной	180	259,0	4,4	7,6	34,2	3,4
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	23	55,2	1,6	0,6	11,5	1,2
Стоимость рациона	91,33	622,2	24,7	25,1	66,2	6,6
Обед 5-11 класс (льготный/платный)						
Суп куриный с зеленью	250	96,0	2,3	3,0	11,7	1,2
Жаркое по-домашнему	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,9
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
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	1,8
Стоимость рациона	109,60	552,0	20,6	13,8	83,8	8,3
Полдник 5-11 класс (льготный/платный)						
Напиток клюквенный	213	69,2	0,1	0,1	16,9	1,6
Х а ч а п у р и	75	224,0	9,6	11,3	20,9	2,1
Стоимость рациона	42,25	293,2	9,7	11,4	37,8	3,7

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 10.10.2024

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
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
Пюре яблочное	2шт	110	0,0	0,0	27,6	2,3
Стоимость рациона	91,33	354	3,5	7,4	68,6	5,7

Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Рагу овощное	130	87	2,2	2,3	14,2	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	60	59	0,9	3,0	6,8	0,6
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый	200	140	2,0	6,4	19,0	1,6
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	498	7,3	16,9	79,8	6,7

Полдник						
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Сок фруктовый	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Стоимость рациона	42,25	145	0,0	0,0	36,2	3,0

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 10 ОКТЯБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы № 3



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, 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
Сыр порционнo	15,33	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
<i>Первые блюда</i>							
Суп куриный с зеленью	18,88	250	96,0	2,3	3,0	11,7	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная рисовая с маслом	20,86	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	3,0
Жаркое по-домашнему	74,95	200	215,0	13,3	9,4	19,2	1,9
Митболлы в томатном соусе	63,18	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	1,0
<i>Гарниры</i>							
Булгур отварной	22,87	180	259,0	4,4	7,6	34,2	3,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром(доп.гар)	10,34	55	54,0	0,9	2,9	6,3	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
Напиток из шиповника	8,22	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Компот из ягод	14,25	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	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.

Калькулят

ор
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.