

34

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 01.10.24

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</b>						
Масло сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,01
Сыр порционнно	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	2,5
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Батон витаминный с микроэлементами	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>641,0</b>	<b>17,6</b>	<b>29,3</b>	<b>75,5</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Яблоко	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	45	126,0	3,6	0,9	25,7	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>867,0</b>	<b>41,9</b>	<b>19,8</b>	<b>123,4</b>	<b>10,2</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 01.10.24

Согласовано  
Директор школы №

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	15	99,0	0,1	10,9	0,2	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	2,5
Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100	1 шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
Батон витаминный с микронутриентами	26	73,0	2,1	0,5	14,8	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>641,0</b>	<b>17,6</b>	<b>29,3</b>	<b>75,5</b>	<b>6,3</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	70	10,0	0,6	0,1	1,8	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	45	126,0	3,6	0,9	25,7	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>867,0</b>	<b>41,9</b>	<b>19,8</b>	<b>123,4</b>	<b>10,2</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Сочник с абрикосовой начинкой 1/70	1 шт	289,0	3,5	10,9	43,3	3,6
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>347,0</b>	<b>3,7</b>	<b>11,0</b>	<b>57,3</b>	<b>4,8</b>

Инженер-технолог

Горячкина Н Н

Калькулятор

Мальшова 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 01.10.2024

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>						
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,2
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,1
Яблоко	1 шт	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>358</b>	<b>2,1</b>	<b>10,7</b>	<b>63,3</b>	<b>5,1</b>

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
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
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
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>109,60</b>	<b>547</b>	<b>7,5</b>	<b>18,9</b>	<b>87,8</b>	<b>7,3</b>

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Полдник</b>						
Яблоко	1 шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
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>198</b>	<b>2,5</b>	<b>6,9</b>	<b>31,7</b>	<b>2,6</b>

Инженер-технолог  
Егорова Т.А.

Калькулятор  
Филиппова У.А.



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 сливочное	17,62	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,01
Сыр порционнo	15,33	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	25,97	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная рисовая с маслом	20,86	200/5	205,0	5,3	7,0	30,0	2,5
Котлета куриная	42,39	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,4
Митболлы в томатном соусе	63,01	100/50	267,0	18,5	16,8	10,4	0,9
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	17,47	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Рожки отварные	10,28	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	12,69	70	10,0	0,6	0,1	1,8	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
Кофейный напиток витаминизированный	10,37	200	118,0	2,7	1,9	22,5	1,9
<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  
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.