

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 03.10.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1штг	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	1,7
Батон витаминный с микроэлементами	20	56,0	1,6	0,4	11,4	0,9
Стоимость рациона	91,33	656,0	21,4	26,1	83,3	6,9
Обед 1-4 класс						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Голубцы из куриного филе с цветной капустой	108/50	161,0	12,0	8,0	10,3	0,8
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Яблоко	1штг	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микроэлементами	34	72,0	2,4	0,4	14,7	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона	109,60					

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 03.10.24

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Кисломолочный продукт "Биолакт" 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,7
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	1,7
Батон витаминный с микронутриентами	20	56,0	1,6	0,4	11,4	0,9
Стоимость рациона	91,33	656,0	21,4	26,1	83,3	6,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Голубцы из куриного филе с цветной капустой	108/50	161,0	12,0	8,0	10,3	0,8
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Яблоко	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	0,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	34	72,0	2,4	0,4	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
Стоимость рациона	109,60					
Полдник 1-4 класс (льготный/ платный)						
Сок фруктовый	209	94,0	0,0	0,0	23,4	1,9
Печенье "Двойная радость" 1/50	1шт	235,0	2,5	11,0	31,5	2,6
Стоимость рациона	42,25	329,0	2,5	11,0	54,9	4,5

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 03.10.24

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)						
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
Булгур отварной	180	259,0	4,4	7,6	34,2	2,9
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
Батон витаминный с микронутриентами	34	95,0	2,7	0,7	19,4	1,6
Стоимость рациона	91,33	587,0	15,3	16,9	84,4	7,0
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Голубцы из куриного филе с цветной капустой	108/50	161,0	12,0	8,0	10,3	0,8
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	45	6,0	0,4	0,04	1,1	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,4
Стоимость рациона	109,60	580,4	25,2	19,3	76,8	6,4
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	75	195,0	9,7	9,3	18,2	1,5
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Стоимость рациона	42,25	253,0	9,9	9,5	32,1	2,7

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 03.10.2024

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 цветная отварная с маслом	135	84	3,6	5,0	6,1	0,5
Огурцы свежие (доп. гарнир)	15	2	0,1	0,0	0,4	0,0
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	1,8
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	317	5,9	6,1	61,0	5,1

Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,2
Пюре картофельное	130	85	2,2	4,1	10,0	0,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,2
Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	13	0,7	0,1	2,3	0,2
Яблоко	1 шт	58	0,5	0,5	12,7	0,9
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Напиток из плодов шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,1
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	1,8
Стоимость рациона	109,60	533	8,7	11,2	101,2	8,3

Полдник						
Яблоко	1 шт	58	0,5	0,5	12,7	1,1
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	1,8
Стоимость рациона	42,25	158	2,5	1,5	34,7	2,9

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 03 ОКТЯБРЯ 24г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Бутерброд горячий с сыром	27,83	45	173,0	7,2	11,0	11,5	0,9
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	25,54	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная " Дружба" с маслом	21,01	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	2,6
Голубцы из куриного филе с цветной капустой	42,30	108/50	161,0	12,0	8,0	10,3	0,8
Гуляш из говядины	55,21	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,2
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	21,80	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Булгур отварной	19,00	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,3
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
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	1,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,61	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
<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.