

34

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.10.24

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	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная пшенная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>537,4</b>	<b>12,4</b>	<b>19,0</b>	<b>79,8</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Кисель фруктово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65,7	2,2	0,4	13,4	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>749,1</b>	<b>25,1</b>	<b>21,2</b>	<b>115,2</b>	<b>11,5</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 21.10.24

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	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Г р у ш а	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	21	50,4	1,5	0,5	10,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>537,4</b>	<b>12,4</b>	<b>19,0</b>	<b>79,8</b>	<b>7,9</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65,7	2,2	0,4	13,4	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>749,1</b>	<b>25,1</b>	<b>21,2</b>	<b>115,2</b>	<b>11,5</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>484,8</b>	<b>24,1</b>	<b>18,5</b>	<b>55,2</b>	<b>5,5</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 21.10.24

Согласовано  
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Бутерброд горячий с сыром	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,2
Каша молочная пшеничная с маслом	250/5	250,0	8,0	8,5	35,2	3,5
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,2
Батон, обогащенный йодоказеином	26	62,4	1,8	0,6	13,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>689,4</b>	<b>22,4</b>	<b>25,3</b>	<b>93,2</b>	<b>9,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>731,0</b>	<b>24,4</b>	<b>21,5</b>	<b>110,4</b>	<b>11,0</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	201	156,8	5,6	5,0	22,1	2,2
Ватрушка с творогом	75	328,0	18,5	13,5	33,1	3,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>484,8</b>	<b>24,1</b>	<b>18,5</b>	<b>55,2</b>	<b>5,5</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

(гипоаллергенное)

на 21.10.2024

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>						
Винегрет овощной	130	161	1,4	13,3	9,0	0,9
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	2,0
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>355</b>	<b>2,9</b>	<b>14,0</b>	<b>54,5</b>	<b>5,5</b>

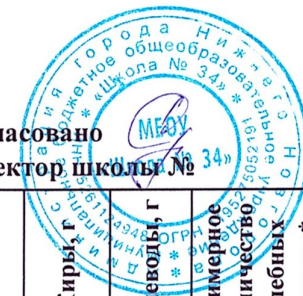
<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Капуста цветная отварная с маслом	150	93	4,0	5,5	6,8	0,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	25	5	0,3	0,1	1,0	0,1
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>402</b>	<b>8,5</b>	<b>11,8</b>	<b>67,7</b>	<b>6,8</b>

<b>Полдник</b>						
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>154</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>36,6</b>	<b>3,1</b>

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.



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	0,01
Бутерброд горячий с сыром	32,11	50	195,0	8,5	12,7	11,5	1,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с гренками, зеленью	27,87	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная пшеничная с маслом	19,11	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Гуляш из говядины	55,21	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
<i>Гарниры</i>							
Помидоры свежие (доп.гарнир)	13,59	60	13,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Рожки отварные	12,08	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,69	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,67	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,61	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	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.