

34

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.10.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	3,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2
Стоимость рациона	91,33	646,0	28,0	27,1	73,3	7,3
Обед 1-4 класс						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	34	82,0	2,4	0,9	17,0	1,7
Стоимость рациона	109,60	649,0	23,2	18,0	92,5	9,2

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 22.10.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	3,6
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2
Стоимость рациона	91,33	646,0	28,0	27,1	73,3	7,3
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,6
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	34	82,0	2,4	0,9	17,0	1,7
Стоимость рациона	109,60	649,0	23,2	18,0	92,5	9,2
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Сочник с абрикосовой начинкой 1/70	1шт	289,0	3,5	10,9	43,3	4,3
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Стоимость рациона	42,25	347,0	3,7	11,0	57,3	5,7

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

НА 22.10.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Котлета куриная	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,7
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,5
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1 шт	58,0	0,5	0,5	12,7	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2
Стоимость рациона	91,33	518,0	26,5	16,5	66,6	6,7
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
Плов из говядины	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,6
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	607,0	21,7	17,6	84,0	8,4
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток овсяный 0,2	1 шт	140,0	2,0	6,4	19,0	1,9
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,9
Стоимость рациона	42,25	324,0	6,9	11,5	48,6	4,8

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

(гипоаллергенное)

на 22.10.2024

(Зими́на, Па́трушева)

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Пюре картофельное	130	85	2,2	4,1	10,0	0,8
Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,1
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Стоимость рациона	91,33	279	3,7	4,8	55,5	4,6

Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп из овощей с зеленью	250	96	1,8	5,3	10,5	0,9
Овощи свежие с маслом	80	85	0,7	8,1	2,2	0,2
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
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	109,60	457	3,5	14,1	79,1	6,6

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
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Стоимость рациона	42,25	199	2,7	1,6	44,8	3,7

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 шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем, мясом, зеленью	25,96	260	111,0	4,8	4,0	14,0	1,4
<i>Вторые блюда</i>							
Запеканка из творога со сгущенным молоком	71,25	150/25	422,0	25,4	19,7	35,8	3,6
Котлета куриная	42,69	100	229,0	20,2	9,0	16,8	1,7
Плов из говядины	71,83	200	309,0	12,7	12,8	36,0	3,6
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	26,51	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,5
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	1,0
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	1,3
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
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.