

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 26.11.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	29	69,6	2,0	0,7	14,5	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>661,6</b>	<b>28,4</b>	<b>27,5</b>	<b>75,8</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп с вермишелью и картофелем,говядиной тушеной, зеленью	270	155,0	5,7	6,3	18,8	1,9
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Капуста квашеная с маслом растительным,сахаром ( доп.гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	31	66,0	2,2	0,4	13,3	1,3
Батон, обогащенный йодоказеином	50	120,0	3,5	1,2	25,0	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>802,0</b>	<b>29,4</b>	<b>26,6</b>	<b>104,7</b>	<b>10,5</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 26.11.24

Согласовано  
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Масло шоколадное	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,7
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	54	129,6	3,8	1,3	27,0	2,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>568,6</b>	<b>15,8</b>	<b>22,4</b>	<b>77,5</b>	<b>7,7</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, говядиной тушеной, зеленью	270	155,0	5,7	6,3	18,8	1,9
Котлета рыбная	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,4
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>680,0</b>	<b>26,7</b>	<b>23,9</b>	<b>82,8</b>	<b>8,3</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Напиток овсяный 0,2	1штг	140,0	2,0	6,4	19,0	1,9
Плюшка Московская	65	184,0	4,9	5,1	29,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>324,0</b>	<b>6,9</b>	<b>11,5</b>	<b>48,6</b>	<b>4,8</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 26.11.2024

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)	35	5	0,3	0,0	0,9	0,1
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	2,0
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>91,33</b>	<b>352</b>	<b>2,7</b>	<b>14,0</b>	<b>53,9</b>	<b>5,4</b>

<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
Суп из овощей с зеленью	250	96	1,8	5,3	10,5	1,1
Пюре картофельное	130	85	2,2	4,1	10,0	1,0
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	80	80	1,2	4,2	9,6	1,0
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	2,0
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>482</b>	<b>6,2</b>	<b>14,3</b>	<b>82,7</b>	<b>8,3</b>

<b>Полдник</b>						
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>180</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>43,3</b>	<b>4,3</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 шоколадное	9,75	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем, говядиной тушеной, зеленью	22,47	270	155,0	5,7	6,3	18,8	1,9
<i>Вторые блюда</i>							
Запеканка из творога со сгущенным молоком	73,05	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
Котлета рыбная	49,59	100	208,0	13,0	10,5	15,5	1,6
Плов из говядины	66,55	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,7
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	26,51	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,4
Капуста квашеная м маслом растительным.сахаром	11,32	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,6
<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	1,3

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.