

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34



НА 06.12.24

Согласовано  
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Котлета куриная с сыром	90	152,0	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микроэлементами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>524,6</b>	<b>18,5</b>	<b>15,1</b>	<b>78,8</b>	<b>7,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
Макаронник с печенью	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
Икра кабачковая (доп. гарнир)	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Печенье 1/25	1шт	110,0	1,8	3,5	17,5	1,8
Хлеб полезный с микроэлементами	35	74,2	2,5	0,4	15,1	1,5
Батон витаминный с микроэлементами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>912,2</b>	<b>33,7</b>	<b>26,9</b>	<b>133,0</b>	<b>13,3</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 06.12.24

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>						
Котлега куриная с сыром	90	152,0	11,9	8,1	7,9	0,7
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Пюре яблочное 1/125	1шт	55,0	0,0	0,0	13,8	1,4
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	32	89,6	2,6	0,6	18,3	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>524,6</b>	<b>18,5</b>	<b>15,1</b>	<b>78,8</b>	<b>7,8</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
Макаронник с печенью	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
Икра кабачковая (доп.гарнир)	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Печенье 1/25	1шт	110,0	1,8	3,5	17,5	1,8
Хлеб полезный с микронутриентами	35	74,2	2,5	0,4	15,1	1,5
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>912,2</b>	<b>33,7</b>	<b>26,9</b>	<b>133,0</b>	<b>13,3</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,9
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	3,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>285,0</b>	<b>10,1</b>	<b>9,7</b>	<b>39,3</b>	<b>3,9</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 06.12.24



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
Индейка с булгуром	200	350,0	12,8	15,5	39,8	4,0
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>610,0</b>	<b>15,7</b>	<b>25,8</b>	<b>78,5</b>	<b>7,8</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
Макаронник с печенью	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
Икра кабачковая ( доп. гарнир)	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Компот из груш	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	33	92,4	2,6	0,7	18,8	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>733,4</b>	<b>29,8</b>	<b>23,0</b>	<b>101,4</b>	<b>10,1</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Пицца сырная	100	353,0	14,4	17,1	35,3	3,5
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>457,0</b>	<b>15,1</b>	<b>17,4</b>	<b>59,9</b>	<b>6,0</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 06.12.2024

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>						
Капуста тушеная	150	105	2,8	7,3	7,0	0,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	13	0,7	0,1	2,3	0,2
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
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>91,33</b>	<b>353</b>	<b>4,1</b>	<b>7,9</b>	<b>66,4</b>	<b>6,6</b>

<b>Обед</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	98	1,7	4,9	9,8	1,0
Овощи свежие с маслом	100	106	0,9	10,1	2,8	0,3
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	2,0
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,4
Компот из груши	200	58	0,2	0,1	14,0	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>407</b>	<b>3,6</b>	<b>15,7</b>	<b>60,5</b>	<b>6,1</b>

<b>Полдник</b>						
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>149</b>	<b>2,4</b>	<b>1,4</b>	<b>32,8</b>	<b>3,3</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.

Меню учителя на 06 ДЕКАБРЯ 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>							
Масло шоколадное	14,63	15	98,0	0,2	9,3	3,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	24,12	275	117,0	4,7	6,5	10,0	1,0
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная с сыром	53,74	90	152,0	11,9	8,1	7,9	0,7
Индейка с булгуром	56,28	200	350,0	12,8	15,5	39,8	4,0
Макаронник с печенью	53,30	200	362,0	19,7	12,4	42,8	4,3
<i>Гарниры</i>							
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	12,63	65	51,0	0,8	3,0	5,0	0,5
Рис отварной	20,84	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
<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
Чай с лимоном	3,49	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1
Компот из груш	13,01	200	58,0	0,2	0,1	14,0	1,4
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	3,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

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.