

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 12.12.24



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
Сыр порционнo	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Кисломолочный продукт " Б и о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>612,0</b>	<b>18,7</b>	<b>28,3</b>	<b>70,5</b>	<b>7,1</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	78,0	4,0	3,9	6,9	0,7
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микроэлементами	23	48,7	1,7	0,3	10,0	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>664,7</b>	<b>35,2</b>	<b>26,6</b>	<b>64,6</b>	<b>6,4</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 12.12.24

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 (льготный/платный)</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнно	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Кисломолочный продукт " Би о л а к т " 1/100	1шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>612,0</b>	<b>18,7</b>	<b>28,3</b>	<b>70,5</b>	<b>7,1</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	78,0	4,0	3,9	6,9	0,7
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микроэлементами	23	48,7	1,7	0,3	10,0	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>664,7</b>	<b>35,2</b>	<b>26,6</b>	<b>64,6</b>	<b>6,4</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный/платный)</b>						
Сок фруктовый	209	94,0	0,0	0,0	23,4	2,3
Печенье " Двойная радость " с начинкой 1/50	1шт	235,0	2,5	11,0	31,5	3,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>329,0</b>	<b>2,5</b>	<b>11,0</b>	<b>54,9</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 12.12.24

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 сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная " Дружба " с маслом	250/5	257,0	7,7	8,5	37,2	3,7
Кисломолочный напиток " Биолакт " 1/100	1 шт	75,0	2,8	3,2	8,0	0,8
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>572,4</b>	<b>15,7</b>	<b>22,5</b>	<b>76,6</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/платный)</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	260	78,0	4,0	3,9	6,9	0,7
Филе куриное панированное	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
Пюре картофельное	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,5
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>691,0</b>	<b>36,0</b>	<b>27,7</b>	<b>67,8</b>	<b>6,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный/платный)</b>						
Напиток клюквенный	204	66,3	0,1	0,1	16,2	1,6
Х а ч а п у р и	75	224,0	9,6	11,3	20,9	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>290,3</b>	<b>9,7</b>	<b>11,4</b>	<b>37,1</b>	<b>3,7</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 12.12.2024

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
Огурцы свежие (доп. гарнир)	45	6	0,4	0,0	1,1	0,1
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	1шт	55	0,0	0,0	13,8	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>297</b>	<b>4,2</b>	<b>8,0</b>	<b>52,1</b>	<b>5,2</b>

<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем с зеленью	250	79	1,6	5,0	7,0	0,7
Пюре картофельное	130	85	2,2	4,1	10,0	1,0
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	85	87	1,3	4,4	10,3	1,0
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый	200	140	2,0	6,4	19,0	1,9
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>577</b>	<b>7,3</b>	<b>20,0</b>	<b>92,6</b>	<b>9,3</b>

<b>Полдник</b>						
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>139</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>33,2</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.

Согласовано  
Директор школы № 34



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	0,0
Сыр порционнo	15,33	20	71,0	4,6	5,8	0,0	0,0
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	26,91	260	78,0	4,0	3,9	6,9	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная " Дружба " с маслом	21,01	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Филе куриное панированное	61,91	100	296,0	24,0	16,7	12,4	1,2
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	26,51	180	130,0	3,8	6,3	14,5	1,5
<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
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Какао с молоком	16,24	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказенном	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулят

ор  
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.