

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 13.12.24

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 сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказенном	29	69,6	2,1	0,7	14,5	1,4
Стоимость рациона	91,33	653,6	16,3	30,4	79,4	7,9
Обед 1-4 класс						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказенном	26	62,4	1,9	0,6	13,0	1,3
Стоимость рациона	109,60	601,4	20,3	22,7	79,3	7,9

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 13.12.24

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 сливочное	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	29	69,6	2,1	0,7	14,5	1,4
Стоимость рациона	91,33	653,6	16,3	30,4	79,4	7,9
Обед 1-4 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром доп. гарнир)	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	26	62,4	1,9	0,6	13,0	1,3
Стоимость рациона	109,60	601,4	20,3	22,7	79,3	7,9
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,9
Слоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	3,0
Стоимость рациона	42,25	285,0	10,1	9,7	39,3	3,9

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 13.12.24

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный/ платный)						
Биточки " Школьные "	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,9
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	607,0	25,0	23,8	73,7	7,4
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами , зеленью	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
Жаркое по-домашнему	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
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	528,0	18,9	19,6	69,5	6,9
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Маковый рулетик посыпной	65	197,0	5,7	7,1	27,7	2,7
Напиток овсяный 0,2	1шт	100,0	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	42,25	297,0	7,7	8,1	49,7	4,9

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 13.12.2024

(Зими́на, Па́трушева)



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Салат из свеклы с яблоками	100	87	1,1	6,0	7,1	0,7
Яблоко	2шт	98	0,8	0,8	21,6	2,2
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
Напиток овсяный	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	91,33	416	4,1	7,9	83,2	8,3

Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Рагу овощное	130	87	2,2	2,3	14,2	1,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	65	63	1,0	3,3	7,3	0,7
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
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Стоимость рациона	109,60	501	5,8	11,2	94,5	9,5

Полдник						
Сок фруктовый фасованный	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Яблоко	1шт	48	0,4	0,4	10,8	1,1
Стоимость рациона	42,25	138	0,4	0,4	33,2	3,3

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 13 ДЕКАБРЯ 24г

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	17,62	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,02
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	22,19	270	152,0	5,4	6,7	17,4	1,7
<i>Вторые блюда</i>							
Бифштекс домашний	54,99	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Жаркое по-домашнему	69,88	200	226,0	10,1	12,0	19,3	1,9
Биточки " Школьные "	60,94	100	257,0	16,5	17,1	9,3	0,9
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	12,08	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	11,32	60	59,0	0,9	3,0	6,8	0,7
<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
Компот из ягод	14,25	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	3,96	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

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.