

34

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.01.25

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>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
Вермишель молочная	200	170,0	7,0	5,3	23,4	2,3
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	32	77,0	2,3	0,7	16,0	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>593,0</b>	<b>20,5</b>	<b>20,4</b>	<b>82,5</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
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	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>798,0</b>	<b>32,9</b>	<b>26,3</b>	<b>100,9</b>	<b>10,1</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 22.01.25

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>						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
Вермишель молочная	200	170,0	7,0	5,3	23,4	2,3
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
Батон, обогащенный йодоказеином	32	77,0	2,3	0,7	16,0	1,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>593,0</b>	<b>20,5</b>	<b>20,4</b>	<b>82,5</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
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	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>798,0</b>	<b>32,9</b>	<b>26,3</b>	<b>100,9</b>	<b>10,1</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Маковый рулетик посыпной	80	241,0	7,0	8,7	33,9	3,4
Сок фруктовый	204	92,0	0,0	0,0	22,8	2,3
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>382,0</b>	<b>7,4</b>	<b>9,1</b>	<b>67,5</b>	<b>6,7</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

НА 22.01.25

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>						
Тефтели мясные в соусе	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Вермишель отварная	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>628,0</b>	<b>22,4</b>	<b>23,1</b>	<b>83,1</b>	<b>8,3</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Борщ "Сибирский " с говядиной тушеной, сметаной, зеленью	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
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	40	96,0	2,8	1,0	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>848,0</b>	<b>34,6</b>	<b>27,8</b>	<b>108,4</b>	<b>10,8</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный / платный)</b>						
Маковый рулетик посыпной	80	241,0	7,0	8,7	33,9	3,4
Сок фруктовый	204	92,0	0,0	0,0	22,8	2,3
Яблоко	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>382,0</b>	<b>7,4</b>	<b>9,1</b>	<b>67,5</b>	<b>6,7</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 22.01.2025

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>						
Салат из свеклы с яблоками	100	87	1,1	6,0	7,1	0,7
Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	4	0,3	0,0	0,8	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
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В <sub>2</sub>	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>322</b>	<b>4,4</b>	<b>7,7</b>	<b>60,1</b>	<b>6,0</b>

<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</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
Яблоко	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Напиток овсяный шоколадный, обогащённый	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
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>449</b>	<b>5,2</b>	<b>16,5</b>	<b>69,3</b>	<b>6,9</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
<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 №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Бутерброд горячий с сыром	38,71	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
<i>Первые блюда</i>							
Борщ " Сибирский " с говядиной тушеной , сметаной, зеленью	28,97	275	119,0	5,0	6,4	10,2	1,0
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки домашние	64,79	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Тефтели мясные в соусе	69,92	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Вермишель молочная	26,19	200	170,0	7,0	5,3	23,4	2,3
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	15,20	180	296,0	10,2	8,8	44,1	4,4
Вермишель отварная	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,71	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
Какао с молоком	17,65	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Напиток из шиповника	8,72	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Компот из кураги	7,73	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	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.