

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.01.25

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)						
Жаркое с курицей	200	207,0	10,5	9,9	18,8	1,9
Икра кабачковая (доп.гарнир)	60	47,0	0,7	2,8	4,6	0,4
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Батон, обогащенный йодоказеином	36	86,4	2,5	0,9	18,0	1,8
Стоимость рациона	91,33	452,4	13,7	13,6	69,4	6,9
Обед 5-11 класс (льготный/ платный)						
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами , зеленью	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
Чевапчичи в томатном соусе	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,1
Вермишель отварная	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Чай с лимоном	200/5	42,0	0,2	0,1	10,2	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	20	42,0	1,4	0,2	8,6	0,8
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	109,60	750,0	32,6	29,1	90,0	9,0
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Пирожок печёный сдобный с яблоками	75	158,0	3,6	4,0	26,8	2,6
Напиток овсяный 0,2	1 шт	100,0	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	42,25	258,0	5,6	5,0	48,8	4,8

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.

Меню учителя на 24 ЯНВАРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с крупой, рыбными консервами, зеленью	23,61	265	139,0	4,6	5,7	17,2	1,7
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	54,97	90	156,0	14,6	7,9	5,2	0,5
Жаркое с курицей	61,70	200	207,0	10,5	9,9	18,8	1,9
Чевапчичи в томатном соусе	79,83	100/50	267,0	18,5	16,9	10,5	1,1
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Рис отварной	19,25	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	14,22	60	47,0	0,7	2,8	4,6	0,4
<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	0,01
Чай с лимоном	3,04	200/5	42,0	0,2	0,1	10,2	1,0
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,96	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон, обогащенный йодоказенном	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
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 24.01.2025

Согласовано
Директор школы № 34

(Зими́на, Патруше́ва)



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
Огурцы свежие (доп. гарнир)	15	2	0,2	0,0	0,4	0,0
Яблоко	1шт	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
Напиток овсяный	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
Стоимость рациона	91,33	369	3,9	7,5	72,8	7,3

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
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
Стоимость рациона	109,60	430	4,8	7,9	85,3	8,5

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 олюде сформирована расчетным методом. лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде