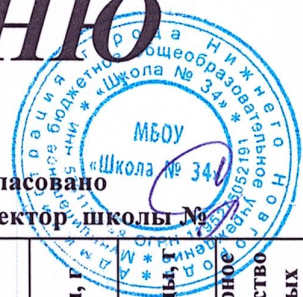


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

34

НА 29.01.25

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</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Омлет натуральный	150	202,0	13,9	14,7	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	76,0	2,2	0,5	15,4	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>440,0</b>	<b>18,4</b>	<b>21,8</b>	<b>42,3</b>	<b>4,2</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,3
Жаркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	38	80,5	2,7	0,5	16,4	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>648,5</b>	<b>25,9</b>	<b>14,3</b>	<b>103,8</b>	<b>10,4</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 29.01.25

Согласовано  
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Омлет натуральный	150	202,0	13,9	14,7	3,4	0,3
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
М а н д а р и н	1шт	42,0	1,0	0,2	9,0	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	27	76,0	2,2	0,5	15,4	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>440,0</b>	<b>18,4</b>	<b>21,8</b>	<b>42,3</b>	<b>4,2</b>
<b>Обед 1-4 класс (льготный/ платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,3
Жаркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	38	80,5	2,7	0,5	16,4	1,6
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>648,5</b>	<b>25,9</b>	<b>14,3</b>	<b>103,8</b>	<b>10,4</b>
<b>Полдник 1-4 класс (льготный / платный)</b>						
Пирожок печёный сдобный с картофелем,луком	80	159,0	4,5	5,8	22,3	2,2
Кисломолочный напиток " С н е ж о к "	202	158,0	5,6	5,0	22,2	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>317,0</b>	<b>10,1</b>	<b>10,8</b>	<b>44,5</b>	<b>4,4</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 29.01.25

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>						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Омлет натуральный	200	270,0	18,6	20,0	4,6	0,5
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	2,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>91,33</b>	<b>488,0</b>	<b>22,7</b>	<b>27,1</b>	<b>39,1</b>	<b>3,9</b>
<b>Обед 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	25/15/250	100,0	9,5	0,8	13,7	1,4
Жаркое по-домашнему	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,1
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>551,0</b>	<b>23,0</b>	<b>13,6</b>	<b>83,9</b>	<b>8,4</b>
<b>Полдник 5-11 класс (льготный/ платный)</b>						
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	80	159,0	4,5	5,8	22,3	2,2
Кисломолочный напиток "Снежок"	202	158,0	5,6	5,0	22,2	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>42,25</b>	<b>317,0</b>	<b>10,1</b>	<b>10,8</b>	<b>44,5</b>	<b>4,4</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

(гипоаллергенное)

на 29.01.2025

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>						
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп. гарнир)	65	63	1,0	3,3	7,3	0,7
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
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>291</b>	<b>2,2</b>	<b>3,6</b>	<b>62,6</b>	<b>6,3</b>

<b>Обед 1-4 кл Указ Президента</b>						
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
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	6	0,3	0,1	1,1	0,1
Мандарин	1шт	42	1,0	0,2	9,0	0,9
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	100	2,0	1,0	22,0	2,2
Напиток из плодов шиповника	200	104	0,7	0,3	24,6	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>109,60</b>	<b>447</b>	<b>8,2</b>	<b>9,0</b>	<b>84,9</b>	<b>8,5</b>

<b>Полдник</b>						
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
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>42,25</b>	<b>145</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>34,7</b>	<b>3,5</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 29 ЯНВАРЯ 25г



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	11,63	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Сыр порционнно	11,70	10	35,0	2,3	2,9	0,0	0,0
<i>Первые блюда</i>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	28,65	25/15/25 0	100,0	9,5	0,8	13,7	1,3
<i>Вторые блюда</i>							
Омлет натуральный	46,85	150	202,0	13,9	14,7	3,4	0,3
Жаркое по-домашнему	74,85	200	224,0	9,0	11,7	20,5	2,0
<i>Гарниры</i>							
Горошек зелёный консервированный ( доп.гарнир)	9,98	30	12,0	0,9	0,1	2,0	0,2
<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
Чай с лимоном	3,48	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Напиток из шиповника	8,72	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,5
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,02	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

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.