

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.03.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Каша молочная "Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Г р у ш а	1 шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Батон, обогащенный йодоказеином	24	57,0	1,7	0,6	12,0	1,2
Стоимость рациона	91,33	558,0	11,5	17,8	88,4	8,8
Обед 1-4 класс						
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	31	74,0	2,2	0,8	15,8	1,6
Стоимость рациона	109,60	711,0	23,7	20,9	108,1	10,8

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.03.25

Согласовано

Директор



Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 класс (льготный / платный)						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Груша	1шт	90,0	0,8	0,6	20,1	2,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Батон, обогащенный йодоказеином	24	57,0	1,7	0,6	12,0	1,2
Стоимость рациона	91,33	558,0	11,5	17,8	88,4	8,8
Обед 1-4 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	31	74,0	2,2	0,8	15,8	1,6
Стоимость рациона	109,60	711,0	23,7	20,9	108,1	10,8
Полдник 1-4 класс (льготный / платный)						
Напиток клюквенный	200	65,0	0,1	0,1	15,9	1,6
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243,0	12,0	9,3	27,9	2,8
Стоимость рациона	42,25	308,0	12,1	9,4	43,8	4,4

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 10.03.25

Согласовано
Директор школы № 34

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 класс (льготный / платный)						
Бутерброд горячий с сыром	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,0
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
Батон, обогащенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
Стоимость рациона	91,33	616,0	17,9	22,3	86,4	8,6
Обед 5-11 класс (льготный / платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Гуляш из говядины	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
Рожки отварные	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,8
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	719,0	24,0	21,4	107,9	10,8
Полдник 5-11 класс (льготный / платный)						
Напиток клюквенный	200	65,0	0,1	0,1	15,9	1,6
Пирожок печёный сдобный с творогом	100	243,0	12,0	9,3	27,9	2,8
Стоимость рациона	42,25	308,0	12,1	9,4	43,8	4,4

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 10.03.2025

(Зими́на,Патру́шева)

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 1-4 кл Указ Президента						
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	71	1,1	3,6	8,5	0,9
Груша	1шт	90	0,8	0,6	20,1	2,0
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	91,33	292	2,1	4,3	61,1	6,1

Обед 1-4 кл Указ Президента						
Суп картофельный с зеленью	250	108	2,0	5,1	14,0	1,4
Капуста цветная отварная с маслом	160	100	4,3	5,9	7,3	0,7
Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	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
Стоимость рациона	109,60	404	8,5	12,1	67,2	6,7

Полдник						
Яблоко	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
Пюре яблочное	125	55	0,0	0,0	13,8	1,2
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Стоимость рациона	42,25	145	0,6	0,5	34,7	2,9

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 10 МАРТА 25 г



Согласовано
Директор школы № 3

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, 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
Бутерброд горячий с сыром	38,71	45	173,0	7,2	11,0	11,5	1,2
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с гренками, зеленью	30,43	250,15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
<i>Вторые блюда</i>							
Каша молочная "Дружба" с маслом	23,22	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Гуляш из говядины	65,11	100	121,0	8,2	8,6	2,8	0,3
<i>Постные блюда</i>							
Суп картофельный с зеленью	19,88	250	105,0	2,2	2,8	14,0	1,4
Котлеты морковные	19,75	100	161,0	3,3	7,8	16,5	1,6
Рожки отварные с маслом растительным	5,95	150	199,0	5,7	5,6	29,5	2,9
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Кофейный напиток витаминизированный	11,32	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,2
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	1,1
Батон, обогащенный йодоказеином	4,56	25	60,0	1,8	0,6	12,5	1,2

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.