

34

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 09.06.25

Согласовано  
Директор школы № 34

| Наименование блюда                      | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>о |
|-----------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|-----------------------------------------|
| <b>Завтрак 7-11 лет</b>                 |               |                            |             |             |                |                                         |
| 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                                     |
| Кофейный напиток витаминизированный     | 200           | 118,0                      | 2,7         | 1,9         | 22,5           | 2,3                                     |
| Г р у ш а                               | 1шт           | 90,0                       | 0,8         | 0,6         | 20,1           | 2,0                                     |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 25            | 70,0                       | 2,0         | 0,5         | 14,3           | 1,4                                     |
|                                         |               | <b>571,0</b>               | <b>11,8</b> | <b>17,7</b> | <b>90,7</b>    | <b>9,1</b>                              |
| <b>Обед 7-11 лет</b>                    |               |                            |             |             |                |                                         |
| Суп с горохом, мясом, гречками, зеленью | 260/15        | 217,0                      | 11,5        | 4,7         | 32,3           | 3,2                                     |
| 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           | 2,8                                     |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)           | 60            | 13,0                       | 0,7         | 0,1         | 2,3            | 0,2                                     |
| Чай с сахаром                           | 200           | 41,0                       | 0,2         | 0,1         | 10,1           | 1,0                                     |
| Хлеб полезный с микронутриентами        | 25            | 53,0                       | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                                     |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 29            | 81,2                       | 2,3         | 0,6         | 16,6           | 1,7                                     |
|                                         |               | <b>704,2</b>               | <b>30,1</b> | <b>19,3</b> | <b>102,8</b>   | <b>10,3</b>                             |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>233,84</b> | <b>1275,2</b>              | <b>41,9</b> | <b>37,0</b> | <b>193,5</b>   | <b>19,4</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

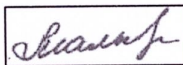
НА 09.06.25

Согласовано  
Директор школы № 34

| Наименование блюда                      | Выход (г)     | Калорийность, Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  | Примерное количество хлебных |
|-----------------------------------------|---------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|------------------------------|
| <b>Завтрак 12-17 лет</b>                |               |                    |             |             |              |                              |
| 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                          |
| Кофейный напиток витаминизированный     | 200           | 118,0              | 2,7         | 1,9         | 22,5         | 2,3                          |
| Г р у ш а                               | 1шт           | 90,0               | 0,8         | 0,6         | 20,1         | 2,0                          |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,4                          |
|                                         |               | <b>571,0</b>       | <b>11,8</b> | <b>17,7</b> | <b>90,7</b>  | <b>9,1</b>                   |
| <b>Обед 12-17 лет</b>                   |               |                    |             |             |              |                              |
| Суп с горохом, мясом, гречками, зеленью | 260/15        | 217,0              | 11,5        | 4,7         | 32,3         | 3,2                          |
| 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         | 3,4                          |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)           | 60            | 13,0               | 0,7         | 0,1         | 2,3          | 0,2                          |
| Чай с сахаром                           | 200           | 41,0               | 0,2         | 0,1         | 10,1         | 1,0                          |
| Хлеб полезный с микронутриентами        | 25            | 53,0               | 1,8         | 0,3         | 10,8         | 1,1                          |
| Батон витаминный с микронутриентами     | 25            | 70,0               | 2,0         | 0,5         | 14,3         | 1,4                          |
|                                         |               | <b>727,0</b>       | <b>30,9</b> | <b>20,0</b> | <b>106,1</b> | <b>10,6</b>                  |
| <b>Стоимость рациона</b>                | <b>233,84</b> | <b>1298,0</b>      | <b>42,7</b> | <b>37,7</b> | <b>196,8</b> | <b>19,7</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.



| Наименование блюда                      | Цена  | Выход (г) | Калорий-<br>ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное<br>количество<br>хлебных<br>единиц* |
|-----------------------------------------|-------|-----------|-------------------------|----------|---------|-------------|-----------------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i>                   |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Масло шоколадное                        | 11,63 | 10        | 65,0                    | 0,1      | 6,2     | 2,2         | 0,2                                           |
| <i>Первые блюда</i>                     |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Суп с горохом, мясом, гречками, зеленью | 30,60 | 260/15    | 217,0                   | 11,5     | 4,7     | 32,3        | 3,2                                           |
| <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>Гарниры</i>                          |       |           |                         |          |         |             |                                               |
| Рожки отварные                          | 13,44 | 180       | 212,0                   | 6,5      | 5,7     | 33,5        | 3,4                                           |
| Помидоры свежие ( доп.гарнир)           | 15,33 | 60        | 13,0                    | 0,7      | 0,1     | 2,3         | 0,2                                           |
| <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                                          |
| Сок фруктовый                           | 18,60 | 200       | 41,0                    | 0,2      | 0,1     | 10,1        | 1                                             |
| Кофейный напиток витаминизированный     | 11,32 | 200       | 118,0                   | 2,7      | 1,9     | 22,5        | 2,2                                           |
| <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.

Калькулято

р

Малышева Г.А.

*Согласовано*

[ 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.