

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 02.12.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	55	182	8,9	10,3	13,5	1,1
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом	200/10	262	9,1	9,4	35,1	2,9
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Какао на молоке сгущенном	200	148	3,7	3,8	25,5	2,1
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	770,0	27,1	24,8	111,2	9,2
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	55	182	8,9	10,3	13,5	1,1
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом	200/10	262	9,1	9,4	35,1	2,9
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Какао на молоке сгущенном	200	148	3,7	3,8	25,5	2,1
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	770,0	27,1	24,8	111,2	9,2
Обед						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	146	8,3	3,6	15,2	1,3
Рыба запеченная	80	159	15,2	8,9	3,9	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	7	0,3	0,1	1,1	0,1
Компот из свежих яблок	200	79	0,2	0,2	18,9	1,6
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
Стоимость рациона	80,0	783,0	34,7	20,6	101,9	8,5
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	100/35	326	9,5	9	52,4	4,4
Напиток клюквенный	214	110	0,1	0,1	26,6	2,2
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Стоимость рациона	30,0	507,0	10,2	9,7	93,7	7,8

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Зав.пр-вом

* - 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.