

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 07.11.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 кл						
Жаркое по-домашнему	200	159	11,4	12,3	1,6	0,1
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,3	0,1
Компот из ягод	200	69	0,2	0,1	16,9	1,4
Сдоба обыкновенная	50	159	4,1	2,6	29,9	2,5
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	568,0	19,6	16,9	84,5	7,0
Обед						
Суп с клецками с мясом, зеленью	10/250	148	6,4	6,3	16	1,3
Рыба запеченная "Солнышко"	100	139	17,1	6,9	2,4	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	302	10,2	8,8	44,1	3,7
Помидоры свежие (доп. гарнир)	50	12	0,6	0,1	1,9	0,2
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
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	908,0	42,1	24,6	128,1	10,7

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.