

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 09.03.2021

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак Указ Президента						
Сыр порционнo	20	67	5,4	5		
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Омлет натуральный	150	229	13,9	17,9	3,3	0,3
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	50	20	1,6	0,1	3,3	0,3
Йогурт	1 шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	133	2,3	1,8	27	2,3
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	80,05	693,0	28,7	33,4	70,8	6,0
Обед Указ Президента						
Суп картофельный с горохом, говядиной тушеной, зеленью	265	155	7,3	5,3	19,5	1,6
Рыба запеченная	90	109	11,7	5,2	3,9	0,3
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
Печенье "Сормовское"	20	84	1,6	3	12,6	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	80,05	924,0	32,9	22,3	140,4	11,7
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Плюшка с маком	75	244	6,1	6,8	32,7	2,7
Стоимость рациона	30,00	362,0	11,7	13,2	42,1	3,5

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева
Е.И.

* - 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 09.03.2021

Согласовано
Директор школы

133

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Омлет натуральный	200	306	18,6	23,8	4,5	0,4
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	30	12	0,9	0,1	2	0,2
Йогурт	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Кофейный напиток витаминизированный	200	133	2,3	1,8	27	2,3
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,00	695,0	27,3	34,3	70,7	6,0
Обед 5-11 класс						
Суп картофельный с горохом, говядиной тушеной, зеленью	265	155	7,3	5,3	19,5	1,6
Рыба запеченная	100	137	14,6	6,5	4,8	0,4
Рис отварной	180	257	4,4	7,5	33,7	2,8
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
Печенье "Сормовское"	20	84	1,6	3	12,6	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	80,00	993,0	36,5	24,8	146,5	12,2
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Плюшка с маком	75	244	6,1	6,8	32,7	2,7
Стоимость рациона	30,00	362,0	11,7	13,2	42,1	3,5

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева
Е.И.

* - 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.