

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю
Директор школы на 15.01.2021

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак Указ Президента						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционнo	20	67	5,4	5		
Биточки домашние	90	199	12,5	10,8	11,8	1
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Икра кабачковая (доп. гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Мандарин	1шт	51	1,1	0,3	10,1	0,8
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	80,05	794,0	26,5	33,4	87,5	7,3
Обед Указ Президента						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
Филе куриное панированное жареное	90	243	19	8,4	8,3	0,7
Гороховое пюре	150	234	15,6	5,8	26	2,2
Компот из апельсинов	200	71	0,2	0,1	17	1,4
Апельсин	1шт	69	1,4	0,3	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	80,05	955,0	48,3	20,3	122,7	10,2
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Маковый рулетик посыпной	70	236	6,1	7,6	29,7	2,5
Стоимость рациона	30,00	354,0	11,7	14,0	39,1	3,3

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю на 15.01.2021
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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	
Гуляш из говядины	50/50	176	15,9	12,1	2,7	0,2
Рис отварной	180	260	4,4	7,5	34,1	2,8
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Батон	38	130	3,6	1,5	25,5	2,1
Стоимость рациона	66,00	685,0	24,2	28,5	75,4	6,2
Обед 5-11 класс						
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
Филе куриное панированное жареное	90	243	19	8,4	8,3	0,7
Гороховое пюре	150	234	15,6	5,8	26	2,2
Компот из апельсинов	200	71	0,2	0,1	17	1,4
Апельсин	1шт	69	1,4	0,3	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	80,00	955,0	48,3	20,3	122,7	10,2
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Маковый рулетик посыпной	70	236	6,1	7,6	29,7	2,5
Стоимость рациона	30,00	354,0	11,7	14,0	39,1	3,3

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.