

133

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 15.12.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, 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 молочная пшенная жидкая с маслом	250/10	293	8,1	13,2	35,3	2,9
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Яблоко свежее	1шт	47	0,4	0,4	9,8	0,8
Батон	48	165	4,6	1,9	32,2	2,7
Стоимость рациона	66,0	806,0	24,8	26,0	118,1	9,8
Завтрак 5-11 кл						
Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	55	182	8,9	10,3	13,5	1,1
Каша молочная пшенная жидкая с маслом	250/10	293	8,1	13,2	35,3	2,9
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Яблоко свежее	1шт	47	0,4	0,4	9,8	0,8
Батон	48	165	4,6	1,9	32,2	2,7
Стоимость рациона	66,0	806,0	24,8	26,0	118,1	9,8
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
Биточки домашние с маслом	80/5	199	12,5	10,8	11,8	1
Вермишель отварная	150	185	5,5	4,4	28,5	2,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Компот из ягод	200	69	0,2	0,1	16,9	1,4
Мандарин	1шт	36	0,8	0,2	7,1	0,6
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	49	168	4,7	2	32,8	2,7
Стоимость рациона	80,0	880,0	32,1	23,8	129,2	10,7
Полдник						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156	5,6	5	22	1,8
Хачапури	75	243	9,7	11,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	30,0	399,0	15,3	16,4	42,9	3,5

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышова 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.