

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.01.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 кл						
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	270	14,9	15,8	15,6	1,3
Вермишель отварная	180	183	5,5	4,2	28,5	2,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
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	66,00	798,0	24,5	24,2	115,8	9,6
Обед 5-11 класс						
Суп с клецками с мясом ,зеленью	10/250	148	6,4	6,3	16	1,3
Рыба тушеная в томате с овощами	90/50	118	15	5	4,4	0,4
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Сок фруктовый	200	90			22,4	1,9
Хлеб ржаной	30	60	2	0,3	12,3	1
Стоимость рациона	80,00	632,0	27,1	17,9	83,6	7,0

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.