

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак ( 7-11 лет )</b>						
Масло сливочное порционно	15	99,0	0,15	10,95	0,1	0
Сырники из творога со сгущенным молоком	150/30	406,0	24,9	18,1	45,8	3,8
Я б л о к о	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	125,0	2,3	1,8	25,0	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Обед ( 7-11лет )</b>						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100,0	4,8	3,6	9,9	0,8
Филе куриное панированное	100	302,0	23,8	10,3	10,7	0,9
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие (доп. гарнир)	40	10,0	1,45	0,08	1,5	0,1
Компот из свежих яблок	200	59,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	34	71,4	2,4	0,3	14,6	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
<b>Всего</b>	<b>193,60</b>	<b>1613,4</b>	<b>68,7</b>	<b>53,3</b>	<b>196,1</b>	<b>16,3</b>

Инженер-технолог  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Малышева Г.А.

Директор по  
производству  
Корнева

\* - 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.