

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 24.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак ( 7-11 лет )</b>						
Сыр порционно	10	36,0	2,3	3,0	0	0
Масло сливочное порционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Омлет натуральный	150	204,0	13,9	17,9	3,3	0,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	14,0	0,7	0,1	2,3	0,2
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Обед ( 7-11 лет )</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	287,0	15,5	16,8	16,6	1,4
Каша гречневая рассыпчатая	150	251,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы свежие ( доп.гарнир)	30	4,0	0,2	0,03	0,8	0,0
Компот из смеси сухофруктов	200	83,0	0,6	0	20,9	1,7
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Всего</b>	<b>193,60</b>	<b>1420,4</b>	<b>57,4</b>	<b>60,8</b>	<b>163,5</b>	<b>13,6</b>

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Мальшева 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.