

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 21.05.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 класс (льготный + платный)						
Масло сливочное прционно	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Фрикадельки в соусе	100/50	287,0	15,5	16,8	16,6	1,4
Булгур отварной	180	259,0	4,4	7,6	34,2	2,9
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Стоимость рациона	80,00	723,0	22,2	32,3	75,3	6,3
Обед 5-11 класс (льготный + платный)						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,7	3,0	7,7	0,6
Рыба тушеная в томате с овощами	100	106,0	9,7	4,9	6,8	0,6
Рис отварной	180	257,0	4,4	7,5	33,7	2,8
Сдоба обыкновенная	75	222,0	5,8	3,6	34,0	2,8
Напиток клюквенный	200	83,0	0,1	0,1	19,9	1,7
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
Стоимость рациона	96,00	871,5	28,5	19,9	127,2	10,6

Инженер-техн
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.



Меню буфетной продукции на 21.05.22

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки	Жиры*	Углеводы*	Примерное количество в хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Огурцы свежие с маслом растительным	20,14	10/250	104,0	0,80	10,09	2,5	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	27,55	10/250	81,0	4,70	3,00	7,7	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба тушеная в томате с овощами	44,21	100	106	9,7	4,9	6,8	0,6
Фрикадельки в соусе	58,34	100/50	287	15,5	16,8	16,6	1,4
Сосиска отварная	22,20	1шт	160	11,0	12,0	1,5	0,1
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	11,90	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Каша гречневая рассыпчатая	16,66	150	251	8,5	7,3	36,6	3
Кукуруза консервированный	14,92	50	162	5,2	2,6	30,0	2,5
Горошек зеленый консервированный	15,00	50	20	1,6	0,1	3,3	0,3
<i>Напитки</i>							
Напиток клюквенный	11,50	200	83	0,1	0,1	19,9	1,6
Чай без сахара	0,45	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Чай с сахаром	1,52	200	53	0,2	0,1	13	1,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	2,50	25	70	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог
Шамкина Л.А.

Калькулятор
Кослянинова В.Ф.

Директор по производству
Корниев 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.