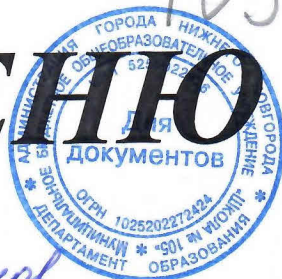


ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю
Директор школы на 16.11.2020

Директор

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Сыр порционно	10	33	2,7	2,5		
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Омлет натуральный	150	229	13,9	17,9	3,3	0,3
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Груша свежая	1шт	47	0,4	0,3	10,3	0,9
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционно	30	109	7	8,9		
Омлет натуральный	200	306	18,6	23,8	4,5	0,4
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	42	144	4	1,7	28,1	2,3
Обед						
Суп картофельный с пшеном, рыбными консервами, зеленью	265	186	7,3	9,3	17,1	1,4
Гуляш из говядины	45/40	115	12,6	6,5	2,1	0,2
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Плюшка московская	95	290	6,7	7,2	40,8	3,4

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Мальшева Г.А.

Зав.пр-вом

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.