

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 13.11.2020



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционнo	20	67	5,4	5		
Шницель " Нежный"	80	197	13,7	11,4	9,4	0,8
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
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	710,0	26,9	31,4	71,1	6,0
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционнo	20	67	5,4	5		
Плов из говядины	200	332	14,8	12,5	36,7	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон	48	165	4,6	1,9	32,2	2,7
Стоимость рациона	66,0	691,0	26,0	26,9	82,0	6,9
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
Рыба запеченная	80	159	15,2	8,9	3,9	0,3
Картофель отварной	150	149	3	4,2	24,5	2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,1
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
Стоимость рациона	80,0	762,0	31,9	19,0	113,8	9,3
Полдник						
Сок фруктовый	214	96			24	2
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	75	212	11	8,9	18,2	1,5
Стоимость рациона	30,0	308,0	11,0	8,9	42,2	3,5

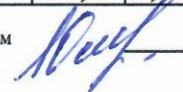
Инженер-техно
Стоярова Е.А.



Калькулятор
Малышева Г.А.



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.