

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

105



Утверждено  
Директор школы на 26.11.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Шницель " Нежный"	80	197	13,7	11,4	9,4	0,8
Макаронные изделия отварные	150	186	5,4	4,9	27,9	2,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>765,0</b>	<b>25,8</b>	<b>27,3</b>	<b>99,9</b>	<b>8,3</b>
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционнно	10	33	2,7	2,5		
Беф-строганов из куриного филе	60/40	266	19	12,4	3,6	0,3
Макаронные изделия отварные	180	221	6,6	5,3	34	2,8
Помидоры свежие (доп.гарнир)	30	7	0,3	0,1	1,1	0,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
Батон	31	106	2,9	1,2	20,8	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>824,0</b>	<b>33,9</b>	<b>30,6</b>	<b>84,6</b>	<b>7,0</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	105	4,7	4	10,4	0,9
Запеканка картофельная с мясом	200	363	14,3	19,5	23,6	2
Капуста соленая с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	70	63	1,1	3,6	8	0,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,0</b>	<b>917,0</b>	<b>27,7</b>	<b>29,5</b>	<b>125,7</b>	<b>10,5</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный сдобный с яйцом	75	219	7,9	11,3	18,1	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,0</b>	<b>337,0</b>	<b>13,5</b>	<b>17,7</b>	<b>27,5</b>	<b>2,3</b>

Инженер-техно  
Столярова Е.А

Калькулятор  
Мальшева 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.