

105

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю *Директор*
 на 27.11.2020
 Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Ветчина порционно	30	54	5	3,1	1,3	0,1
Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/8	240	5,4	10	32,1	2,7
Йогурт " Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
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	39	134	3,7	1,6	26,1	2,2
Стоимость рациона	66,0	717,0	21,1	19,2	115,3	9,6
Завтрак 5-11 кл						
Биточки по-белорусски	100	82	1,9	6,9	2,5	0,2
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	40	10	0,4	0,1	1,5	0,1
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон	31	106	2,9	1,2	20,8	1,7
Стоимость рациона	66,0	458,0	9,2	14,6	63,6	5,3
Обед						
Суп с вермишелью и картофелем, мясными фрикадельками, зеленью	20/250	145	6,2	4,8	15	1,2
Ежики " Аппетитные "	100/50	205	11,6	11,4	12,9	1,1
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из вишни	200	75	0,2	0,1	18,2	1,5
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	47	161	4,5	1,9	31,5	2,6
Стоимость рациона	80,0	841,0	29,7	24,3	112,9	9,3
Полдник						
Сок фруктовый	212	95			23,7	2
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	75	212	11	8,9	18,2	1,5
Стоимость рациона	30,0	307,0	11,0	8,9	41,9	3,5

Инженер-техно
 Столярова 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.