

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю *И.О.* Директор школы на 17.12.2020 *И.И.И.*

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	
Запеканка из творога с джемом	150/30	372	28,6	11,6	34,7	2,9
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	31	106	2,9	1,2	20,8	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>668,0</b>	<b>32,4</b>	<b>20,8</b>	<b>83,3</b>	<b>6,9</b>
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Запеканка из творога с джемом	150/30	372	28,6	11,6	34,7	2,9
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	31	106	2,9	1,2	20,8	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>668,0</b>	<b>32,4</b>	<b>20,8</b>	<b>83,3</b>	<b>6,9</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом, сметаной, зеленью	15/255	118	6,1	4,7	10,4	0,9
Жаркое по-домашнему	200	159	11,4	12,3	1,6	0,1
Огурец консервированный	70	7	0,4	0,1	1,5	0,1
Напиток клюквенный	200	103	0,1	0,1	24,9	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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,0</b>	<b>641,0</b>	<b>25,6</b>	<b>19,6</b>	<b>89,1</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник</b>						
Оладьи с клубничным соусом	150/35	415	11,6	11,9	65,8	5,5
Сок фруктовый фасованный 0,2	1шт	90			22,4	1,9
Печенье "Сормовское"	20	84	1,6	3	12,6	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,0</b>	<b>589,0</b>	<b>13,2</b>	<b>14,9</b>	<b>100,8</b>	<b>8,5</b>

Инженер-техно  
Столярова Е.А. *Е.А. Столярова*

Калькулятор  
Мальшева Г.А. *Г.А. Мальшева*

Зав.пр-вом *И.И.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.