

105

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю
И.О. Директор школы на 22.12.2020 *Андрей*

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	
Плов из филе цыплят	200	384	18,6	10,4	41,7	3,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	70	55	0,8	3,3	5,4	0,4
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон	31	106	2,9	1,2	20,8	1,7
Стоимость рациона	66,0	792,0	27,1	26,2	99,6	8,2
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Плов из филе цыплят	200	384	18,6	10,4	41,7	3,5
Икра кабачковая (доп.гарнир)	70	55	0,8	3,3	5,4	0,4
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон	31	106	2,9	1,2	20,8	1,7
Стоимость рациона	66,0	792,0	27,1	26,2	99,6	8,2
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
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Огурцы консервированные (доп.гарнир)	30	4	0,2		0,9	0,1
Компот из свежих яблок	200	79	0,2	0,2	18,9	1,6
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	718,0	30,8	20,2	94,2	7,8
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1штг	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Плюшка с маком	75	244	6,1	6,8	32,7	2,7
Стоимость рациона	30,0	362,0	11,7	13,2	42,1	3,5

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

Калькулятор
Малышева Г.А. *Г.А. Малышева*

Зав.пр-вом *Васильев*

* - 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.