

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 11.11.2020

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	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	426	32,4	14,5	37,2	3,1
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	40	137	3,8	1,6	26,8	2,2
Стоимость рациона	66,0	753,0	37,1	24,1	91,8	7,6
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	426	32,4	14,5	37,2	3,1
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	40	137	3,8	1,6	26,8	2,2
Стоимость рациона	66,0	753,0	37,1	24,1	91,8	7,6
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	105	4,7	4	10,4	0,9
Жаркое по домашнему	250	341	15,8	17,5	23,3	1,9
Огурцы свежие (доп. гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,3	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	786,0	28,7	24,2	104,6	8,7
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Маковый рулетик посыпной	70	236	6,1	7,6	29,7	2,5
Стоимость рациона	30,0	354,0	11,7	14,0	39,1	3,3

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.