

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

119



Утверждаю  
Директор школы на 12.11.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак</b>						
Вермишель отварная с сыром	150	240	8,2	12	24,6	2,1
Яйцо вареное	1шт	79	6,4	5,8	0,4	
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	37	127	3,5	1,5	24,8	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>735,0</b>	<b>25,1</b>	<b>23,8</b>	<b>105,6</b>	<b>8,8</b>
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Вермишель отварная с сыром	150	240	8,2	12	24,6	2,1
Яйцо вареное	1шт	79	6,4	5,8	0,4	
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	37	127	3,5	1,5	24,8	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>735,0</b>	<b>25,1</b>	<b>23,8</b>	<b>105,6</b>	<b>8,8</b>
<b>Обед</b>						
Бульон с куриным филе, гренокми, зеленью	25/15/2 50	128	9,4	1,1	16,3	1,4
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)	50	12	0,6	0,1	1,9	0,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
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>907,0</b>	<b>33,1</b>	<b>20,6</b>	<b>134,4</b>	<b>11,2</b>
<b>Полдник</b>						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156	5,6	5	22	1,8
Хачапури	75	243	9,7	11,4	20,9	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,0</b>	<b>399,0</b>	<b>15,3</b>	<b>16,4</b>	<b>42,9</b>	<b>3,5</b>

Инженер-техно  
Стоярова 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.