

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю
Директор школы на 10.12.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Вермишель с сыром	200	296	11,7	12,8	33	2,7
Яйцо вареное	1 шт	79	6,4	5,8	0,4	
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Йогурт "Данон" 1/110	1 шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Яблоко свежее	1 шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	767,0	28,0	24,3	109,3	9,0
Завтрак 5-11 кл						
Вермишель с сыром	200	296	11,7	12,8	33	2,7
Яйцо вареное	1 шт	79	6,4	5,8	0,4	
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Йогурт "Данон" 1/110	1 шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Яблоко свежее	1 шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	767,0	28,0	24,3	109,3	9,0
Обед						
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
Огурцы консервированные (доп.гарнир)	50	7	0,4	0,1	1,5	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Мандарины	1 шт	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
Стоимость рациона	80,0	902,0	32,9	20,6	134,0	11,1
Полдник						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156	5,6	5	22	1,8
Хачапури	75	243	9,7	11,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	30,0	399,0	15,3	16,4	42,9	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.