

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 17.12.2020

| 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 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 |
| Стоимость рациона | 66,0 | 668,0 | 32,4 | 20,8 | 83,3 | 6,9 |
| Завтрак 5-11 кл | | | | | | |
| 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 |
| Стоимость рациона | 66,0 | 668,0 | 32,4 | 20,8 | 83,3 | 6,9 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| Стоимость рациона | 80,0 | 641,0 | 25,6 | 19,6 | 89,1 | 7,4 |
| Полдник | | | | | | |
| 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 |
| Стоимость рациона | 30,0 | 589,0 | 13,2 | 14,9 | 100,8 | 8,5 |

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.