

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю  
Директор школы на 21.12.2020



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционно	20	67	5,4	5		
Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/5	228	6,2	8,5	31,6	2,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
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	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>735,0</b>	<b>20,0</b>	<b>24,5</b>	<b>108,5</b>	<b>9,0</b>
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционно	20	67	5,4	5		
Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	200/5	228	6,2	8,5	31,6	2,6
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
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	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>735,0</b>	<b>20,0</b>	<b>24,5</b>	<b>108,5</b>	<b>9,0</b>
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский с говядиной тушеной сметаной зеленью	270	141	4,4	5,9	17,5	1,5
Сосиска отварная	1шт	135	6	11	1,5	0,1
Вермишель отварная с сыром	150	240	8,2	12	24,6	2,1
Горошек зеленый консервированный (доп. гарнир)	45	18	1,4	0,1	2,9	0,2
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
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>932,0</b>	<b>29,4</b>	<b>31,7</b>	<b>129,9</b>	<b>10,8</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  
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.