

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю  
Директор школы на 12.01.2021

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак Указ Презид</b>						
Сыр порционно	25	84	6,7	6,3		
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	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>803,0</b>	<b>42,9</b>	<b>30,0</b>	<b>85,1</b>	<b>7,1</b>
<b>Обед Указ Президент</b>						
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
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	70	63	1,1	3,6	8	0,7
Сок фруктовый	200	90			22,4	1,9
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>80,05</b>	<b>684,0</b>	<b>26,2</b>	<b>23,0</b>	<b>93,1</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	213	187	6,3	7,5	24,1	2
Ватрушка с творогом	75	216	9,9	6,2	24,6	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>403,0</b>	<b>16,2</b>	<b>13,7</b>	<b>48,7</b>	<b>4,1</b>

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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю  
Директор школы на 12.01.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
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	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>719,0</b>	<b>36,2</b>	<b>23,7</b>	<b>85,1</b>	<b>7,1</b>
<b>Обед 5-11кл</b>						
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
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	70	63	1,1	3,6	8	0,7
Сок фруктовый	200	90			22,4	1,9
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>80,00</b>	<b>684,0</b>	<b>26,2</b>	<b>23,0</b>	<b>93,1</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	213	187	6,3	7,5	24,1	2
Ватрушка с творогом	75	216	9,9	6,2	24,6	2,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>403,0</b>	<b>16,2</b>	<b>13,7</b>	<b>48,7</b>	<b>4,1</b>

Инженер-техно  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшова 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.