

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 13.01.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11 кл						
Беф-строганов из куриного филе	60/40	266	19	12,4	3,6	0,3
Макаронные изделия отварные	150	186	5,4	4,9	27,9	2,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,00	725,0	28,1	18,7	92,1	7,6
Обед 5-11 класс						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	146	8,3	3,6	15,2	1,3
Рыба запеченная	90	109	11,7	5,2	3,9	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Чай с лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
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	80,00	691,0	31,0	16,7	92,2	7,7
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	100/30	337	9,5	10,2	52,4	4,4
Напиток клюквенный	200	103	0,1	0,1	24,9	2,1
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Стоимость рациона	30,00	511,0	10,2	10,9	92,0	7,7

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 13.01.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак Указ Презид						
Беф-строганов из куриного филе	60/40	266	19	12,4	3,6	0,3
Макаронные изделия отварные	150	186	5,4	4,9	27,9	2,3
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	55	20	1,6	0,1	3,3	0,3
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	80,05	745,0	29,7	18,8	95,4	7,9
Обед Указ Президент						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	146	8,3	3,6	15,2	1,3
Рыба запеченная	90	109	11,7	5,2	3,9	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Чай с лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
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	80,05	691,0	31,0	16,7	92,2	7,7
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	100/30	337	9,5	10,2	52,4	4,4
Напиток клюквенный	200	103	0,1	0,1	24,9	2,1
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Стоимость рациона	30,00	511,0	10,2	10,9	92,0	7,7

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.