

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 22.01.2021

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак Указ Президента</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционно	10	33	2,7	2,5		
Шницель "Нежный"	90	197	13,7	11,4	9,4	0,8
Макаронные изделия отварные	150	186	5,4	4,9	27,9	2,3
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	133	2,3	1,8	27	2,3
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>795,0</b>	<b>28,5</b>	<b>31,7</b>	<b>95,9</b>	<b>8,0</b>
<b>Обед Указ Президента</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем.говядиной тушеной,зеленью	280	121	5,9	6,8	7,7	0,6
Жаркое по-домашнему	200	159	11,4	12,3	1,6	0,1
Огурцы консервированные ( доп..гарнир)	60	7	0,4	0,1	1,5	0,1
Компот из апельсинов	200	71	0,2	0,1	17	1,4
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>612,0</b>	<b>25,5</b>	<b>21,7</b>	<b>78,5</b>	<b>6,4</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый	202	91			22,6	1,9
Плюшка московская	80	242	5,7	6	34,1	2,8
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>371,0</b>	<b>6,5</b>	<b>6,2</b>	<b>64,2</b>	<b>5,3</b>

Инженер-техно  
Вязова Н.В.

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.

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

114

НА 22.01.2021

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Сыр порционно	15	50	4	3,8		
Макаронник с говядиной тушеной, маслом	200/5	442	21,5	19,9	39,4	3,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	133	2,3	1,8	27	2,3
Батон	32	110	3	1,3	21,4	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>735,0</b>	<b>30,8</b>	<b>26,8</b>	<b>87,8</b>	<b>7,4</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной тушеной, зеленью	280	121	5,9	6,8	7,7	0,6
Жаркое по-домашнему	200	159	11,4	12,3	1,6	0,1
Огурцы консервированные (доп. гарнир)	60	7	0,4	0,1	1,5	0,1
Компот из апельсинов	200	71	0,2	0,1	17	1,4
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>612,0</b>	<b>25,5</b>	<b>21,7</b>	<b>78,5</b>	<b>6,4</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый	202	91			22,6	1,9
Мандарин	1 шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Плюшка московская	80	242	5,7	6	34,1	2,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>371,0</b>	<b>6,5</b>	<b>6,2</b>	<b>64,2</b>	<b>5,3</b>

Инженер-техно  
Вязова Н.В.

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.