

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы

на 21.12.2020

Новикова С.А.

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 со сгущенным молоком	150/25	386	25,4	19,6	35,8	3
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
Стоимость рациона	66,0	679,0	29,2	28,8	83,7	7,0
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/25	386	25,4	19,6	35,8	3
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
Стоимость рациона	66,0	679,0	29,2	28,8	83,7	7,0
Обед						
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
Стоимость рациона	80,0	932,0	29,4	31,7	129,9	10,8
Полдник						
Кисломолочный напиток "Снежок"	200	156	5,6	5	22	1,8
Хачапури	75	243	9,7	11,4	20,9	1,7
Стоимость рациона	30,0	399,0	15,3	16,4	42,9	3,5

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.