

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 13.05.24

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 5-11кл (льготный/платный)						
Котлета из индейки	90	140,0	12,50	8,30	3,90	0,30
Каша гречневая рассыпчатая	180	296,0	10,20	8,80	44,10	3,70
Икра кабачковая	25	19,0	0,30	1,20	1,90	0,10
Чай с сахаром, лимоном	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	0,90
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,00	0,50	14,30	1,20
<i>Стоимость рациона: 85,20</i>		568,0	25,30	18,9	74,5	6,20
Обед 5-11 кл (льготный/платный)						
Суп сырный с гречками, зеленью	250/15	173,0	6,10	6,30	22,80	1,90
Макаронник с мясом тушеным	200	400,0	19,10	19,00	38,00	3,20
Компот из ягод	200	49,0	0,20	0,10	12,00	1,00
Хлеб полезный с микроэлементами	25	52,5	1,80	0,30	10,80	0,90
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,00	0,50	14,30	1,20
<i>Стоимость рациона: 102,24</i>		744,5	29,2	26,2	97,9	8,2
Полдник 5-11 кл (льготный/платный)						
Пирожок печеный сдобный с творогом	80	194,0	9,60	7,50	22,30	1,80
Сок фруктовый	200	90,0	0,00	0,00	22,40	1,90
Яблоко свежее	1 шт	47,0	0,40	0,40	10,30	0,80
<i>Стоимость рациона: 39,41</i>		331,0	10,0	7,9	55,0	4,5

Инженер-технолог

Калькулятор

Горячкина Н.Н.

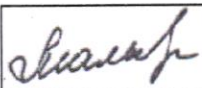
Косолапова В.Ф.

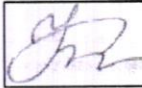
Корнева
Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	13,38	15	99,0	0,1	10,9	0,2	0,01
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,7
<i>Первые блюда</i>							
Суп сырный с гречками, зеленью	26,12	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	1,9
<i>Вторые блюда</i>							
Пудинг " Лакомка " с вареньем	66,11	150/35	392,0	14,1	12,6	59,7	4,9
Макаронник с мясом тушеным	72,62	200	400,0	19,1	19,0	38,0	3,2
<i>Гарниры</i>							
Икра кабачковая (доп.гарнир)	4,12	25	19,0	0,3	1,2	1,9	0,1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,44	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,0
Компот из ягод	7,85	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,0
Чай с лимоном	2,76	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Сок фруктовый	14,91	200	90,0	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А. 

Калькулятор
Мальшева Г.А. 

Директор по
производству 

* -+R[-34]C:RC[12] 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.