

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы



175

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 с джемом	150/40	426	30,9	12,8	42,9	3,6
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	37	127	3,5	1,5	24,8	2,1
Стоимость рациона	66,0	743,0	35,3	22,3	95,5	8,0
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Запеканка из творога с джемом	150/40	426	30,9	12,8	42,9	3,6
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	37	127	3,5	1,5	24,8	2,1
Стоимость рациона	66,0	743,0	35,3	22,3	95,5	8,0
Обед						
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
Огурцы свежие (доп.гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,1
Напиток клюквенный	200	103	0,1	0,1	24,9	2,1
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	644,0	25,8	19,6	89,4	7,4
Полдник						
Сок фруктовый фасованный 0,2	1шт	90			22,4	1,9
Оладьи с клубникой	150/35	415	11,6	11,9	65,8	5,5
Стоимость рациона	30,0	505,0	11,6	11,9	88,2	7,4

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.