

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы

на 14.10.2020



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Беф-строганов из куриного филе	50/30	217	15,8	9,8	2,8	0,2
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
Мандарин	1шт	48	1	0,3	9,4	0,8
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	726,0	26,5	19,5	88,5	7,4
Завтрак 5-11 кл						
Беф-строганов из куриного филе	60/40	266	19	12,4	3,6	0,3
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	5	0,2		0,8	0,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
Мандарин	1шт	48	1	0,3	9,4	0,8
Батон	24	82	2,3	1	16,1	1,3
Стоимость рациона	66,0	742,0	28,5	21,8	83,4	7,0
Обед						
Суп с вермишелью и картофелем, куриным филе, зеленью	10/250	1	0,1		0,1	
Рыба запеченная	80	159	15,2	8,9	3,9	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Капуста соленая с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	70	63	1,1	3,6	8	0,7
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	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	721,0	28,1	20,4	100,0	8,3
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Маковый рулетик посыпной	70	236	6,1	7,6	29,7	2,5
Стоимость рациона	30,0	354,0	11,7	14,0	39,1	3,3

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшова 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

Меню буфетной продукции на 14.10.2020

Утверждаю
Директор школы



Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (г)
Холодные блюда		
Огурцы свежие	11-09	100
Помидоры свежие	10-79	100
Икра кабачковая	9-76	100
Овощи свежие (помидоры /огурцы)	10-94	100
Капуста соленая с маслом растительным, сахаром	10-91	100
Первые блюда		
Суп с вермишелью и картофелем, куриным филе, зеленью	9-80	10/250
Вторые блюда		
Рыба запеченная	41-86	80
Беф-строганов из куриного филе	27-52	50/30
Филе куриное панированное	26-32	80
Сосиска отварная	15-70	1шт
Колбаса отварная	15-61	50
Гарниры		
Картофельное пюре	12-48	150
Рис отварной	8-45	150
Помидоры свежие (доп.гарнир)	7-55	70
Капуста соленая с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	7-67	70
Напитки		
Чай с сахаром	0-99	200
Чай без сахара	0-37	200
Компот из кураги	5-26	200
Кофейный напиток витаминизированный	5-35	200
Хлеб		
Хлеб ржаной	1-14	30
Батон	1-54	30

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Зав.пр-вом _____