

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 15.10.2020

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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Меню буфетной продукции на 15.10.2020



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		
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом, сметаной, зеленью	19-27	15/255
Вторые блюда		
Жаркое по-домашнему	40-52	200
Гуляш из говядины	37-44	40/40
Запеканка из творога с джемом	48-36	150/40
Сырники из творога с джемом	45-18	150/30
Сосиска отварная	15-70	1шт
Оладьи с клубникой	17-27	150/35
Гарниры		
Картофель отварной	12-52	150
Макаронные изделия отварные	6-59	150
Огурцы свежие (доп.гарнир)	7-76	70
Напитки		
Чай с сахаром	0-99	200
Чай без сахара	0-37	200
Напиток клюквенный	8-44	200
Хлеб		
Хлеб ржаной	1-14	30
Батон	1-54	30

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Зав.пр-вом _____