

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю
Директор школы

на 16.10.2020

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	
Сыр порционнo	30	109	7	8,9		
Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/7	260	4,5	10	38	3,2
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Мандарин	1шт	48	1	0,3	9,4	0,8
Батон	33	113	3,1	1,3	22,1	1,8
Стоимость рациона	66,0	772,0	19,6	35,2	93,8	7,8
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционнo	15	50	4	3,8		
Тефтели мясные в соусе	80/50	198	13,2	11,4	10,1	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	251	8,5	7,3	36,6	3
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Батон	22	75	2,1	0,9	14,7	1,2
Стоимость рациона	66,0	783,0	31,8	34,5	85,6	7,0
Обед						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	255	151	7,1	9,8	7,3	0,6
Филе куриное панированное жареное с маслом	80/5	269	19	10,7	8,4	0,7
Рагу овощное	150	122	2,9	6,2	12,5	1
Огурцы свежие (доп. гарнир)	70	10	0,6	0,1	1,8	0,1
Сок фруктовый	200	90			22,4	1,9
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	896,0	37,2	29,2	103,1	8,5
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	200	176	5,9	7	22,6	1,9
Вафли "Аппетитки"	1шт	255	3,3	14	28	2,3
Стоимость рациона	30,0	431,0	9,2	21,0	50,6	4,2

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 16.10.2020

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		
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	24-43	255
Вторые блюда		
Каша молочная рисовая жидкая с маслом	12-80	200/7
Филе куриное панированное	26-32	80
Тефтели мясные в соусе	31-72	80/50
Сосиска отварная	15-70	1шт
Гарниры		
Рагу овощное	14-48	150
Каша гречневая рассыпчатая	10-21	150
Огурцы свежие (доп.гарнир)	7-76	70
Напитки		
Чай с сахаром	0-99	200
Чай без сахара	0-37	200
Какао с молоком	9-00	200
Хлеб		
Хлеб ржаной	1-14	30
Батон	1-54	30

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Зав.пр-вом _____