

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 02.10.2020

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	
Сыр порционнно	25	84	6,7	6,3		
Бифштекс домашний	80	147	12,2	8,1	9,5	0,8
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
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Батон	42	144	4	1,7	28,1	2,3
Стоимость рациона	66,0	727,0	27,7	29,9	81,9	6,8
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Гуляш из говядины	50/50	176	15,9	12,1	2,7	0,2
Рис отварной	180	257	4,4	7,5	33,7	2,8
Чай с сахаром	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Батон	53	182	5	2,1	35,5	3
Стоимость рациона	66,0	734,0	25,6	29,1	85,0	7,1
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
Филе куриное запеченное с ананасом	80	188	18,1	5,9	3,3	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	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	777,0	34,0	17,2	100,5	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
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 02.10.2020



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		
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	13-94	10/250
Вторые блюда		
Бифштекс домашний	27-89	80
Гуляш из говядины	46-93	50/50
Филе куриное запеченное с ананасом	37-47	80
Колбаса отварная	15-61	50
Сосиска отварная	14-83	1шт
Гарниры		
Картофельное пюре	12-48	150
Рис отварной	7-90	150
Огурцы свежие (доп.гарнир)	7-76	70
Помидоры свежие (доп.гарнир)	7-55	70
Напитки		
Чай с сахаром	1-10	200
Чай без сахара	0-48	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 _____