

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ



Утверждаю
Директор школы

на 07.10.2020

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 со сгущенным молоком	150/30	426	32,4	14,5	37,2	3,1
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	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	719,0	36,2	23,7	85,1	7,1
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	426	32,4	14,5	37,2	3,1
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	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	719,0	36,2	23,7	85,1	7,1
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	105	4,7	4	10,4	0,9
Гуляш из говядины	45/40	115	12,6	6,5	2,1	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	251	8,5	7,3	36,6	3
Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	14	0,7	0,1	2,3	0,2
Компот из свежих яблок	200	79	0,2	0,2	18,9	1,6
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	818,0	34,3	20,5	121,0	10,1
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Маковый рулетик посыпной	75	255	6,6	8,2	32,1	2,7
Стоимость рациона	30,0	373,0	12,2	14,6	41,5	3,5

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 07.10.2020



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, мясом, сметаной, зеленью	14-84	10/255
Вторые блюда		
Запеканка из творога со сгущенным молоком	48-42	150/30
Гуляш из говядины	41-80	45/40
Сосиска отварная	15-70	1шт
Гарниры		
Каша гречневая рассыпчатая	10-21	150
Помидоры свежие (доп.гарнир)	6-47	60
Напитки		
Чай с сахаром	1-10	200
Чай без сахара	0-48	200
Компот из свежих яблок	4-64	200
Хлеб		
Хлеб ржаной	1-14	30
Батон	1-54	30

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Зав.пр-вом _____