

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы **на 09.10.2020**

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Сыр порционнно	20	67	5,4	5		
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Шницель " Нежный"	80	197	13,7	11,4	9,4	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, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон	39	134	3,7	1,6	26,1	2,2
Завтрак 5-11 кл						
Сыр порционнно	20	67	5,4	5		
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Плов из говядины	200	332	14,8	12,5	36,7	3,1
Чай с сахаром, лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	19	0,9	0,2	3	0,3
Батон	40	137	3,8	1,6	26,8	2,2
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
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
Полдник						
Сок фруктовый	220	99			24,6	2,1
Пирожок печеный сдобный с мясом, луком	75	212	11	8,9	18,2	1,5

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 09.10.2020

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		
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	13-95	10/250
Вторые блюда		
Рыба запеченная	42-80	80
Шницель " Нежный"	29-83	80
Плов из говядины	36-59	200
Сосиска отварная	15-70	1шт
Гарниры		
Рис отварной	7-90	150
Картофельное пюре	12-48	150
Помидоры свежие (доп.гарнир)	8-63	80
Капуста соленая с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	7-67	70
Напитки		
Чай с сахаром	1-10	200
Чай без сахара	0-48	200
Чай с сахаром, лимоном	2-03	200/7
Компот из кураги	5-26	200
Хлеб		
Хлеб ржаной	1-14	30
Батон	1-54	30

Инженер-технолог
Столярова Е.А

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Зав.пр-вом _____