

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы

на 12.01.2021

С.А. Ковалева

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак Указ Президент						
Сыр порционно	25	84	6,7	6,3		
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	80,05	803,0	42,9	30,0	85,1	7,1
Обед Указ Президент						
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
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	70	63	1,1	3,6	8	0,7
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	80,05	684,0	26,2	23,0	93,1	7,8
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	213	187	6,3	7,5	24,1	2
Ватрушка с творогом	75	216	9,9	6,2	24,6	2,1
Стоимость рациона	30,00	403,0	16,2	13,7	48,7	4,1

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Мальшева Г.А.

Зав. пр-вом

Белф

* - 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

Утверждаю
Директор школы

на 12.01.2021

С.А. Мельникова

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
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	66,00	719,0	36,2	23,7	85,1	7,1
Обед 5-11 кл						
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
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп гарнир)	70	63	1,1	3,6	8	0,7
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	80,00	684,0	26,2	23,0	93,1	7,8
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	213	187	6,3	7,5	24,1	2
Ватрушка с творогом	75	216	9,9	6,2	24,6	2,1
Стоимость рациона	30,00	403,0	16,2	13,7	48,7	4,1

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Мальшева Г.А.

Зав.пр-вом

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.