

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю  
Директор школы

на 18.01.2021

*Б/Ковалева С.А.*

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак Указ Президента</b>						
Вермишель с сыром	200	296	11,7	12,8	33	2,7
Яйцо вареное	1шт	79	6,4	5,8	0,4	
Йогурт " Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Слойка " Солнечная"	1шт	440	7	21	56	4,7
Батон	47	161	4,5	1,9	31,5	2,6
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>1 254,0</b>	<b>32,7</b>	<b>42,2</b>	<b>185,6</b>	<b>15,3</b>
<b>Обед Указ Президента</b>						
Суп из овощей с говядиной тушеной, зеленью	275	120	5,2	6,1	9,4	0,8
Плов из говядины	250	468	17,5	18,1	57,4	4,8
Икра кабачковая (доп.гарнир)	60	47	0,7	2,8	4,6	0,4
Компот из апельсинов	200	71	0,2	0,1	17	1,4
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>960,0</b>	<b>31,2</b>	<b>29,5</b>	<b>139,1</b>	<b>11,6</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный слобный с яйцом	75	219	7,9	11,3	18,1	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>337,0</b>	<b>13,5</b>	<b>17,7</b>	<b>27,5</b>	<b>2,3</b>

Инженер-техно  
Вязова Н.В.

*Вязова Н.В.*

Калькулятор  
Косолапова В.Ф.

*Косолапова В.Ф.*

Зав.пр-вом

*Бул*

\* - 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 18.01.2021

*А. Новикова С.А.*

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Вермишель с сыром	200	296	11,7	12,8	33	2,7
Яйцо вареное	1шт	79	6,4	5,8	0,4	
Йогурт " Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Чай с лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Мандарин	1шт	51	1,1	0,3	10,1	0,8
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,00</b>	<b>648,0</b>	<b>24,9</b>	<b>20,3</b>	<b>90,9</b>	<b>7,5</b>
<b>Обед 5-11 класс</b>						
Суп из овощей с говядиной тушеной, зеленью	275	120	5,2	6,1	9,4	0,8
Плов из говядины	250	468	17,5	18,1	57,4	4,8
Икра кабачковая (доп. гарнир)	60	47	0,7	2,8	4,6	0,4
Компот из апельсинов	200	71	0,2	0,1	17	1,4
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>960,0</b>	<b>31,2</b>	<b>29,5</b>	<b>139,1</b>	<b>11,6</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный сдобный с яйцом	75	219	7,9	11,3	18,1	1,5
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>337,0</b>	<b>13,5</b>	<b>17,7</b>	<b>27,5</b>	<b>2,3</b>

Инженер-техно  
Вязова Н.В.

*Вязова*

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

*Мальшева*

Зав.пр-вом

*Новикова*

\* - 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.