

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю  
Директор школы

на 19.12.2020



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Завтрак 5-11 кл</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Макаронник с мясом	200	442	21,5	19,9	39,4	3,3
Икра кабачковая ( доп.гарнир)	50	39	0,6	2,4	3,9	0,3
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
<b>Стоимость рациона</b>	<b>66,0</b>	<b>774,0</b>	<b>25,9</b>	<b>31,5</b>	<b>91,2</b>	<b>7,6</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	10/250	146	8,3	3,6	15,2	1,3
Рыба тушеная в томате с овощами	80/50	118	15	5	4,4	0,4
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
Хлеб ржаной	30	60	2	0,3	12,3	1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,0</b>	<b>646,0</b>	<b>30,0</b>	<b>15,3</b>	<b>85,6</b>	<b>7,2</b>

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.