

64

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.02.2021



| Наименование блюда | Выход (г) | Калорийность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц* |
|--|--------------|--------------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------------------|
| Завтрак Указ Президента | | | | | | |
| 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 | 33 | 113 | 3,1 | 1,3 | 22,1 | 1,8 |
| Стоимость рациона | 80,05 | 813,0 | 43,1 | 30,1 | 87,1 | 7,2 |
| Обед Указ Президента | | | | | | |
| Суп с вермишелью и картофелем, куриным филе, зеленью | 10/250 | 1 | 0,1 | | 0,1 | |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| Рис отварной | 150 | 216 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из кураги | 200 | 106 | 1 | 0,1 | 25,2 | 2,1 |
| Печенье "Сормовское" | 30 | 126 | 2,4 | 4,5 | 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 | 80,05 | 812,0 | 26,5 | 18,5 | 127,3 | 10,6 |
| Полдник | | | | | | |
| Оладьи с соусом клубничным | 150/30 | 415 | 11,6 | 11,9 | 65,8 | 5,5 |
| Сок фруктовый фасованный 0,2 | 1шт | 90 | | | 22,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 30,00 | 505,0 | 11,6 | 11,9 | 88,2 | 7,4 |

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева
Е.И.

* - 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

НА 03.02.2021



| 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 | 200/30 | 499 | 33,5 | 25,5 | 45,9 | 3,8 |
| 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 | 792,0 | 37,3 | 34,7 | 93,8 | 7,8 |
| Обед 5-11 класс | | | | | | |
| Суп с вермишелью и картофелем, куриным филе, зеленью | 10/250 | 1 | 0,1 | | 0,1 | |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| Рис отварной | 150 | 216 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из кураги | 200 | 106 | 1 | 0,1 | 25,2 | 2,1 |
| Печенье "Сормовское" | 30 | 126 | 2,4 | 4,5 | 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 | 80,00 | 812,0 | 26,5 | 18,5 | 127,3 | 10,6 |
| Полдник | | | | | | |
| Оладьи с соусом клубничным | 150/30 | 415 | 11,6 | 11,9 | 65,8 | 5,5 |
| Сок фруктовый фасованный 0,2 | 1шт | 90 | | | 22,4 | 1,9 |
| Стоимость рациона | 30,00 | 505,0 | 11,6 | 11,9 | 88,2 | 7,4 |

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по

производству

Корнева

Е.И.

* - 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.