

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 29.01.2021



Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак Указ Президента						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сыр порционнo	25	84	6,7	6,3		
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200/10	250	6,3	12,4	28,5	2,4
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Мандарин	1шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	80,05	759,0	23,2	31,3	97,3	8,1
Обед Указ Президента						
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом, сметаной, зеленью	15/255	118	6,1	4,7	10,4	0,9
Филе куриное панированное жареное	90	243	19	8,4	8,3	0,7
Рагу овощное	150	122	2,9	6,2	12,5	1
Огурцы консервированные (доп. гарнир)	40	5	0,3		1,2	0,1
Чай с лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
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	786,0	36,2	21,8	93,4	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.

Калькулятор

Мальшева 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 29.01.2021



Согласовано
Директор школы

В. Новикова С.А.

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	
Сыр порционнo	10	33	2,7	2,5		
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200/10	250	6,3	12,4	28,5	2,4
Йогурт "Данон" 1/110	1шт	75	2,5	0,1	17	1,4
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон	38	130	3,6	1,5	25,5	2,1
Стоимость рациона	66,00	768,0	19,7	28,2	109,9	9,1
Обед 5-11 класс						
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом, сметаной, зеленью	15/255	118	6,1	4,7	10,4	0,9
Филе куриное панированное жареное	90	243	19	8,4	8,3	0,7
Рагу овощное	150	122	2,9	6,2	12,5	1
Огурцы консервированные (доп.гарнир)	40	5	0,3		1,2	0,1
Чай с лимоном	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
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	786,0	36,2	21,8	93,4	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.

Калькулятор

Мальшева 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.