

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 07.10.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 1-4 класс						
Сыр порционнно	15	53,0	3,5	4,4	0	0
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	10,0	0,5	0,09	1,7	0,1
Кофейный напиток витаминизированный	200	110,0	2,3	1,4	22,0	1,8
Я б л о к о	1шт	67,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	36	100,8	2,9	0,7	20,5	1,7
Стоимость рациона	96,00	869,8	26,5	35,2	111,5	9,2
Обед 1-4 класс						
Суп молочный с вермишелью	250	153,0	5,8	4,8	21,6	1,8
Филе куриное панированное с маслом	100/5	329,0	24,0	20,3	12,5	1,0
Пюре картофельное	150	108,0	3,1	5,2	12,1	1,0
Горошек зеленый консервированный (доп.гарнир)	30	12,0	0,9	0,06	1,95	0,2
Компот из смеси сухофруктов	200	86,0	0,6	0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65,1	2,2	0,3	13,3	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	37	103,6	2,9	0,7	21,1	1,8
Стоимость рациона	96,00	856,7	39,5	31,4	103,5	8,6
Полдник						
Йогурт фруктовый питьевой	200	75,0	3,0	2,8	9,5	0,8
Сдоба обыкновенная	50	165,0	4,1	3,3	29,9	2,5
Стоимость рациона	37,00	240,0	7,1	6,1	39,4	3,3

Инженер-техн

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева

* - 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.