

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	15	99,0	0,2	10,9	0,15	0
Каша молочная рисовая с маслом	200/5	212,0	5,3	7,8	30,0	2,5
Какао с молоком	200	143,0	3,9	3,8	24,1	2,0
Йогурт "Р а с т и ш к а " 1/110	1шт	102,0	4,2	3,3	14,1	1,2
А п е л ь с и н	1шт	95,3	2,1	0,4	17,9	1,5
Батон витаминный с микронутриентами	22	61,6	1,8	0,4	12,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>712,9</b>	<b>17,5</b>	<b>26,6</b>	<b>98,8</b>	<b>8,2</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	10/250	81,0	4,65	3,0	7,7	0,6
Фрикадельки мясные в соусе	100/50	287,0	15,5	16,8	16,6	1,4
Вермишель отварная	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Кукуруза консервированная ( доп. гарнир)	25	81,0	2,6	1,3	15,0	1,3
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,06	13,2	1,1
Хлеб полезный с микронутриентами	31	65,1	2,2	0,3	13,3	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	23	64,4	1,8	0,5	13,1	1,1
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>850,5</b>	<b>33,3</b>	<b>26,9</b>	<b>106,9</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник</b>						
Йогурт фруктовый питьевой	193	145,0	5,8	5,4	18,3	1,5
Плюшка с маком	50	162,0	4,0	4,5	21,8	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>307,0</b>	<b>9,8</b>	<b>9,9</b>	<b>40,1</b>	<b>3,3</b>

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.