

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.03.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Сыр порционно	23	82,8	5,2	6,9	0	0
Бифштекс домашний	90	191,0	13,1	10,5	16,3	1,4
Макаронные изделия отварные	150	186,0	5,5	4,9	28,0	2,3
Компот из смеси ягод	200	70,0	0,2	0,1	17,0	1,4
М а н д а р и н	1шт	58,9	1,2	0,3	11,7	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	38	106,4	3,0	0,8	21,7	1,8
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>695,1</b>	<b>28,2</b>	<b>23,5</b>	<b>94,7</b>	<b>7,8</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
Рыба запеченная	90	179,0	17,1	10,0	4,4	0,4
Рис отварной	150	216,0	3,7	6,3	28,5	2,4
Икра кабачковая (доп. гарнир)	30	23,0	0,3	1,5	2,3	0,2
Компот из мандаринов	200	69,0	0,2	0,1	16,9	1,4
Я б л о к о	1шт	51,7	0,44	0,44	10,8	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	29	60,9	2,0	0,3	12,5	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,3
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>759,0</b>	<b>30,6</b>	<b>22,2</b>	<b>99,1</b>	<b>8,2</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый фасованный 0,2	1шт	90,0	0,0	0	22,4	1,9
Х а ч а п у р и	95	308,0	12,3	9,0	26,4	2,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>37,00</b>	<b>398,0</b>	<b>12,3</b>	<b>9,0</b>	<b>48,8</b>	<b>4,1</b>

Инженер-техн

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.