

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 18.06.2021



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак лагерь 3-х раз 7-11 лет						
Бифштекс домашний	90	147	12,2	8,1	9,5	0,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	251	8,5	7,3	36,6	3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	11	0,5	0,1	1,7	0,1
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Обед лагерь 3-х разов 7-11 лет						
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	105	4,7	4	10,4	0,9
Запеканка картофельная с мясом	200	363	14,3	19,5	23,6	2
Огурцы свежие (доп гарнир)	30	4	0,2		0,8	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
Полдник лагерь 3-х раз 7-11 лет						
Йогурт фруктовый питьевой	200	176	5,9	7	22,6	1,9
Сдоба обыкновенная	50	159	4,1	2,6	29,9	2,5
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Стоимость рациона	184,80	1 831,0	65,7	56,7	255,0	21,3

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.