

118

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 27.05.24



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество
<b>Завтрак 7-11 лет</b>						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,0
Сыр порционнo	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Омлет натуральный	150	199,0	13,9	14,4	3,4	0,2
Йогурт "Эгоша" 1/100	1шт	85,0	3,6	2,8	11,3	0,9
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	20,0	1,7
		<b>544,0</b>	<b>24,2</b>	<b>29,7</b>	<b>45,1</b>	<b>3,7</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>						
Суп с вермишелью и картофелем, с мясом, зеленью	10/250	111,0	4,8	4,0	14,0	1,2
Гуляш из говядины	100	134,0	6,4	9,5	2,6	0,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,1
Яблоко	1шт	47,0	0,4	0,4	10,3	0,9
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	30	84,0	2,4	0,6	17,1	1,4
		<b>771,0</b>	<b>25,6</b>	<b>22,1</b>	<b>106,7</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>						
Молоко витаминизированное 1/200	1шт	120,0	6,0	6,4	9,4	0,7
Сдоба обыкновенная	80	254,0	6,5	4,2	47,9	4,0
		<b>374,0</b>	<b>12,5</b>	<b>10,6</b>	<b>57,3</b>	<b>4,7</b>
<b>Стоимость рациона</b>	<b>249,53</b>	<b>1689,0</b>	<b>62,3</b>	<b>62,4</b>	<b>209,1</b>	<b>17,3</b>

Инженер-техно  
Столярова Е.А.

Калькулятор  
Мальшева Г.А.

Директор по  
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.