

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.06.25



Нурса

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Омлет натуральный	150	201,0	13,8	14,7	3,4	0,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	118,0	2,7	1,9	22,5	2,3
Б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		557,0	22,5	29,2	51,1	5,1
Обед 7-11 лет						
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	260	127,0	8,8	4,1	14,5	1,5
Макаронник с мясом	200	397,0	21,0	17,1	39,6	3,9
Помидоры свежие (доп.гарнир)	50	12,0	0,6	0,1	2,0	0,2
Компот из кураги	200	86,0	1,0	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	40	112,0	3,2	0,8	22,9	2,3
		787,0	36,4	22,4	103,0	10,3
Полдник 7-11 лет						
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Х а ч а п у р и	100	298,0	12,8	15,0	27,8	2,8
		341,0	13,1	15,1	38,1	3,8
Стоимость рациона	283,01	1685,0	72,0	66,7	19,2	19,2

Инженер-технолог
Горячкина Н.Н.

Горячкина Н.Н.

Калькулятор
Малышева Г.А.

Малышева Г.А.

* - 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.