

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 05.06.25

Согласовано
Директор школы №

Наименование блюда	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 7-11 лет						
Масло шоколадное	10	65,0	0,1	6,2	2,2	0,2
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Йогурт 1/100	1шт	82,0	2,8	2,8	11,5	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	31	87,0	2,5	0,6	17,7	1,8
		482,0	12,0	17,3	69,8	7,0
Обед 7-11 лет						
Борщ " Сибирский " с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	270	109,0	4,3	5,6	10,2	1,0
Котлета рыбная	100	246,0	15,3	12,5	18,4	1,8
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	50	140,0	4,0	1,0	28,6	2,9
		790,0	29,8	25,8	110,0	11,0
Полдник 7-11 лет						
Сок фруктовый	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Пирожок печёный сдобный с картофелем и луком	100	199,0	5,6	7,2	27,9	2,8
Яблоко	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
		289,0	6,2	7,7	48,8	4,9
Стоимость рациона	283,01	1561,0	48,0	50,8	228,6	22,9

Инженер-технолог
Горячкина Н.Н.

Калькулятор
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.