

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.06.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Плов из куриного филе	200	332,0	15,6	9,9	45,2	4,5
Какао с молоком	200	124,0	3,6	3,0	20,8	2,1
Я б л о к о	1 шт	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
		641,0	21,7	21,1	91,2	9,1
Обед 7-11 лет						
Суп сырный с гренками, зеленью	250/15	173,0	6,1	6,3	22,8	2,3
Биточки домашние	100	198,0	13,8	11,3	10,1	1,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,7
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	26	55,0	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	43	120,4	3,4	0,8	24,5	2,5
		841,4	34,3	26,1	116,8	11,7
Полдник 7-11 лет						
Сок фруктовый	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Пирожок печёный сдобный с картофелем, луком	100	199,0	5,6	7,2	27,9	2,7
Я б л о к о	1 шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
		289,0	6,2	7,7	48,8	4,8
Стоимость рациона	283,01	1171,4	62,2	54,9	256,8	25,6

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.