

Меню буфетной продукции на 15.09.2021


Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Помидоры свежие с маслом растительным	13,03	100	24	1,1	0,2	3,8	0,3
Овощи свежие (помидоры,огурцы) с маслом растительным	13,20	100	107	0,9	10,1	2,8	0,2
Огурцы свежие с маслом растительным	13,39	100	14	0,8	0,1	2,5	0,2
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	11,54	100	90	1,6	5,1	11,3	0,9
Капуста квашеная со свежими овощами(огурцы,помидоры) с маслом растительным	12,9	100	90	1,6	5,1	11,3	0,9
<i>Первые блюда</i>							
Борщ со свежей капустой и картофелем,мясом,сметаной,зеленью	19,49	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
<i>Вторые блюда</i>							
Голубцы с мясом,рисом	28,87	108/50	138	9,6	9,6	3,5	0,3
Сосиски отварные	23,43	2шт	165	7	13	1,8	0,2
Рыба запеченна	48,06	90	172	10,7	8,6	6,4	0,5
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	6,77	150	186	5,5	4,9	28,0	2
Рис отварной	9,30	150	216	3,7	6,3	28,5	2,0
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,04	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Кофейный напиток витаминизированный	5,54	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Компот из смеси сухофруктов	6,77	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,29	30	60	2	0,3	12,3	1
Батон витаминный с микронутриентами	2,25	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7

Инженер-техн



Калькулятор



Директор по
производству
Корнев



* -+R[-34]C:RC[12] 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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

на 15.09.21



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 классы						
Сосиски отварные	2шт	165	7,0	1,3	2,0	0,2
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28,0	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Груша свежая	1шт	47	0,4	0,3	10,3	1
Батон витаминный с микроэлементами	22	61	1,7	0,5	12,5	1,0
Стоимость рациона	66,00	584,0	16,9	8,8	77,8	6,5
Обед 5-11 классы						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
Рыба запеченная	90	172	10,7	8,6	6,4	0,5
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	30	60	2	0,3	12,3	2
Стоимость рациона	80,00	631,0	21,8	18,8	78,0	6,5

Инженер-техник
Столярова Е.А. 

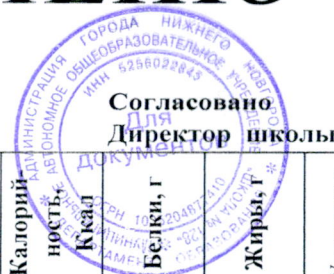
Калькулятор
Мальшева Г.А. 

Директор по производству
Корнева 

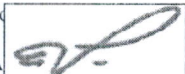
* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.


ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

на 15.09.21



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак платн+льготн						
Сосиски отварные	2шт	165	7,0	1,3	2,0	0,2
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28,0	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Груша свежая	1шт	47	0,4	0,3	10,3	1
Батон витаминный с микронутриентами	22	61	1,7	0,5	12,5	1,0
Стоимость рациона	66,00	584,0	16,9	8,8	77,8	6,5
Обед платн+льготн						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
Рыба запеченная	90	172	10,7	8,6	6,4	0,5
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	30	60	2	0,3	12,3	1
Стоимость рациона	80,00	631,0	21,8	18,8	78,0	6,5
Полдник						
Молоко витаминизированное	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Плюшка с маком	70	216	5,2	5,4	30,1	2,5
Стоимость рациона	30,00	334,0	10,8	11,8	39,5	3,3

Инженер-техник
Столярова Е.А. 

Калькулятор
Малышева Г.А. 

Директор по производству
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.

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

на 15.09.21

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак Указ Президента						
Сосиски отварные	2шт	165	7,0	1,3	2,0	0,2
Макаронные изделия отварные	150	186	5,5	4,9	28,0	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25,0	2,1
Кисломолочный напиток "Биолакт"	1шт	75	2,8	3,2	8,6	0,7
Груша свежая	1шт	47	0,4	0,3	10,3	1
Батон витаминный с микронутриентами	19	53	1,5	0,4	10,8	0,9
Стоимость рациона	80,05	651,0	19,5	11,9	84,7	7,1
Обед Указ Президента						
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
Рыба запеченная	90	172	10,7	8,6	6,4	0,5
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2
Огурцы свежие (доп гарнир)	25	4	0,2	0,0	0,7	0,1
Компот из смеси сухофруктов	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	30	60	2	0,3	12,3	1
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,1	1,4
Стоимость рациона	80,05	719,0	24,4	19,4	95,8	7,5
Полдник						
Молоко витаминизированное	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Плюшка с маком	70	216	5,2	5,4	30,1	2,5
Стоимость рациона	30,00	334,0	10,8	11,8	39,5	3,3

Инженер-техник
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Директор по производству
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.