

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 25.09.2021

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Завтрак 5-11 кл(льготный/платный)						
Жаркое по-домашнему	200	225	13,3	9,43	19,21	1,6
Капуста кашенная с маслом растительным,сахаром	30	26	0,2	1,5	3,0	0,3
Сдоба обыкновенная	50	165	4,0	3,3	29,9	2,5
Чай с сахаром	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Батон витаминный с микронутриентами	31	86	2,5	0,6	17,7	1,5
Стоимость рациона	66,00	543,0	20,2	14,9	79,91	6,7
Обед 5-11 кл(льготный/платный)						
Суп картофельный с горохом,зеленью	250	127	5,5	2,9	15,2	1,3
Рыба,жареная по-солнечному	100	200	17,5	11,7	6,3	0,5
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Помидоры свежие (доп.гарнир)	35	9	0,4	0,1	1,3	0,1
Компот из свежих яблок	200	59	0,2	0,2	13,9	1,2
Батон витаминный с микронутриентами	26	73	2,1	0,5	14,8	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона	80,00	747,0	31,5	22,0	92,9	7,7

Инженер-техно

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.

Меню буфетной продукции на 25.09.21

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	калори- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводи- ды, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
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
Бутерброд горячий с колбасой вареной,сыром	20,24	55	182	8,9	10,1	14,0	1,2
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
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом,зеленью	8,79	250	127	5,5	2,9	15,2	1,3
Вторые блюда							
Рыба,жареная по-солнечному	48,78	100	200	17,5	11,7	6,3	0,5
Жаркое по-домашнему	55,52	200	225	13,3	9,4	19,2	1,6
Сосиски отварные	23,43	2шт	165	7	13	1,8	0,2
Колбаса отварная	21,30	50	126	5,9	11,4	0,1	0,0
Гарниры							
Рис отварной	9,75	150	216	3,7	6,3	28,5	2
Картофель отварной	18,79	150	146	2,9	4,9	15,5	1,3
Помидоры свежие (доп.гарнир)	4,41	35	9	0,4	0,1	1,3	0,1
Капуста квашенная с маслом растительным,сахаром	3,49	30	26	0,2	1,5	3,0	0,3
Напитки							
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	
Чай с сахаром,лимоном	2,12	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,9
Компот из свежих яблок	5,04	200	59	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб							
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-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

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.