

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.10.2021

Согласовано
Директор школы № 128



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 5-11 кл (льготный+платный)						
Котлета рубленая из цыплят с сыром	100	227,0	18,5	11,0	11,5	0,9
Вермишель отварная	150	183,0	5,5	4,2	28,5	2,4
Икра кабачковая (доп.гарнир)	20	15,0	0,3	0,9	1,6	0,13
Напиток клюквенный	200	103,0	0,1	0,1	24,9	2,1
Батон витаминный с микронутриентами	35	98,0	2,8	0,7	19,9	1,7
Стоимость рациона		66,00	27,2	16,9	86,4	7,2
Обед 5-11 кл (льготный+платный)						
Суп с клецками, мясом, зеленью	10/250	145,0	6,56	5,9	16,0	1,3
Рыба тушеная в томате со овощами	100	106,0	9,7	4,9	6,8	0,6
Картофель отварной	150	146,0	2,9	4,9	15,5	1,3
Компот из смеси ягод	200	50,0	8,2	6,1	12,0	1,0
Хлеб полезный с микронутриентами	30	63,0	2,1	0,3	12,9	1,1
Стоимость рациона		80,00	29,5	22,1	63,2	5,3

Инженер-технолог
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.

Меню буфетной продукции на 16 октября 21г Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Холодные блюда							
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	11,60	100	88	0,7	5,0	10,0	0,8
Первые блюда							
Суп с клецками, мясом, зеленью	19,05	10/250	145	6,6	5,9	16,0	1,3
Вторые блюда							
Котлета рубленая из цыплят с сыром	44,42	100	227	18,5	11,0	11,5	0,9
Рыба тушеная в томате с овощами	33,74	100	106	9,7	4,9	6,8	0,6
Сосиска отварная	19,97	1шт	135	6,0	11,0	1,5	0,1
Гарниры							
Картофель отварной	22,47	150	146,0	2,9	4,9	15,5	1,3
Вермишель отварная	6,98	150	183,0	5,5	4,2	28,5	2,4
Икра кабачковая (дор.гарнир)	2,48	20	15,0	0,3	0,9	1,6	0,13
Помидоры свежие (доп гарнир)	2,52	20	5	0,2	0,0	0,8	0,06
Напитки							
Чай с сахаром	1,07	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Напиток клюквенный	9,53	200	103	0,1	0,1	24,9	2,1
Компот из смеси ягод	6,98	200	50	8,2	6,1	12,0	1,0
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,29	30	63	2	0,3	12,9	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	2,25	30	84	2,4	0,6	17,1	1,4

Инженер-технолог
Столярова Е.А. 

Калькулятор
Мальшева 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.