

128

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 08.10.22



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Завтрак 5-11 класс (льготный+платный)</b>						
Плов из говядины	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
Огурцы свежие (доп.гарнир)	45	6,0	0,6	0,04	1,1	0,09
Плюшка с маком	50	143,0	4,1	4,4	21,8	1,8
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	112,0	0	0	28,0	2,3
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,00</b>	<b>631,0</b>	<b>18,3</b>	<b>16,64</b>	<b>102,3</b>	<b>8,5</b>
<b>Обед 5-11 класс(льготный +платный)</b>						
Суп с горохом, куриным филе, гречками и зеленью	15/250/15	214,0	13,5	3,8	31,5	2,6
Рыба тушеная в томате с овощами	100	92,0	9,3	4,8	3,0	0,2
Картофель отварной	180	138,0	3,5	5,7	18,4	1,5
Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	4,0	0,2	0,04	0,8	0,1
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
<b>Стоимость рациона</b>	<b>96,00</b>	<b>629,0</b>	<b>30,5</b>	<b>15,3</b>	<b>92,7</b>	<b>7,7</b>

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.

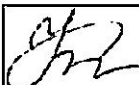
Меню буфетной продукции на 08 Октября 22 г



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Масло сливочное порционнo	6,90	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционнo	14,63	20	72,0	14,6	6	0	0
Овощи свежие ( огурцы ,помидоры ) с маслом растительным	17,240	100	106,0	0,86	10	2,8	0,2
<b>Первые блюда</b>							
Суп с горохом, куриным филе, гренками и зеленью	17,46	15/250/15	214,0	13,5	3,8	31,5	2,6
<b>Вторые блюда</b>							
Рыба тушеная в томате с овощами	43,65	100	92,0	9,3	4,8	3,0	0,2
Филе куриное запеченное с помидорами и сыром	50,41	100	166,0	18,9	8,1	4,4	0,3
Сосиска отварная	22,35	1шт	129,0	6,0	11,0	1,5	0,1
Плов из говядины	54,75	200	300,0	11,6	11,7	37,1	3,1
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	8,43	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,3
Картофель отварной	17,64	150	117,0	2,9	4,9	15,5	1,3
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	3,56	20	4,0	0,2	0	0,8	0,1
<b>Напитки</b>							
Чай с сахаром	1,30	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,44	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,56	200	112,0	0,0	0,0	28,0	2,3
Компот из яблок	6,09	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,2
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Столярова Е.А. 

Калькулятор  
Малышева Г.А. 

Директор по  
производству 

\* -+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.