

8

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Утверждаю
Директор школы на 05.10.2020



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак						
Сыр порционно	15	50	4	3,8		
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сосиска отварная	1шт	135	6	11	1,5	0,1
Макаронные изделия отварные	150	186	5,4	4,9	27,9	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
Груша свежая	1шт	47	0,4	0,3	10,3	0,9
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	712,0	21,1	30,3	84,9	7,1
Завтрак 5-11 кл						
Сыр порционно	15	50	4	3,8		
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	
Сосиска отварная	1шт	135	6	11	1,5	0,1
Макаронные изделия отварные	150	186	5,4	4,9	27,9	2,3
Кофейный напиток витаминизированный	200	125	2,3	1,8	25	2,1
Груша свежая	1шт	47	0,4	0,3	10,3	0,9
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Стоимость рациона	66,0	712,0	21,1	30,3	84,9	7,1
Обед						
Суп из овощей с говяжьей тушеной, зеленью	275	120	5,2	6,1	9,4	0,8
Плов из говядины	200	332	14,8	12,5	36,7	3,1
Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	17	0,8	0,1	2,7	0,2
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
Яблоко свежее	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
Стоимость рациона	80,0	900,0	30,0	21,8	139,4	11,6
Полдник						
Молоко витаминизированное 0,2	1шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Пирожок печеный сдобный с яйцом	75	219	7,9	11,3	18,1	1,5
Стоимость рациона	30,0	337,0	13,5	17,7	27,5	2,3

Инженер-техно
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Зав.пр-вом

* - 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

Меню буфетной продукции на 05.10.2020

Утверждаю
Директор школы

Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (г)
Холодные блюда		
Огурцы свежие	11-09	100
Помидоры свежие	10-79	100
Икра кабачковая	9-76	100
Овощи свежие (помидоры /огурцы)	10-94	100
Капуста соленая с маслом растительным, сахаром	10-91	100
Первые блюда		
Суп из овощей с говядиной тушеной, зеленью	18-16	275
Вторые блюда		
Плов из говядины	36-59	200
Гуляш из говядины	41-81	45/40
Бифштекс домашний	27-89	80
Сосиска отварная	14-83	1шт
Гарниры		
Макаронные изделия отварные	6-59	150
Помидоры свежие (доп.гарнир)	7-55	70
Напитки		
Чай с сахаром	1-10	200
Чай без сахара	0-48	200
Компот из кураги	5-26	200
Кофейный напиток витаминизированный	5-35	200
Хлеб		
Хлеб ржаной	1-14	'30
Батон	1-54	30

Инженер-технолог
Столярова Е.А.

Калькулятор
Мальшева Г.А.

Зав.пр-вом