

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

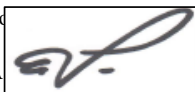
НА 11.10.2021

Согласовано

Директор школы № 30

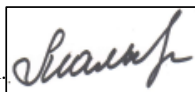
Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<b>Завтрак 1-4 класс</b>						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0
Омлет с сыром	150	256	18,8	21,4	3,2	0,3
Смузи-коктейль	1шт	130	1,5	0,0	31	2,6
Яблоко	1шт	57	0,5	0,5	11,7	0,9
Какао с молоком	200	143	3,9	3,8	24,1	2
Батон витаминный с микроэлементами	22	61,6	1,8	0,4	12,5	1,0
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>713,6</b>	<b>26,6</b>	<b>33,4</b>	<b>82,6</b>	<b>6,8</b>
<b>Обед 1-4 класс</b>						
Суп картофельный с рисом, рыбными консервами, зеленью	265	142	4,5	5,7	17,4	1,5
Фрикадельки мясные в соусе	90/50	252	13	15,2	15,4	1,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	251	8,5	7,3	36,6	3,1
Огурцы свежие (доп гарнир)	20	3	0,2	0,02	0,5	0,04
Компот из свежих яблок	200	59	0,2	0,2	13,9	1,2
Батон витаминный с микроэлементами	18	50	1,4	0,4	10,3	0,8
Хлеб полезный с микроэлементами	20	72	1,4	0,2	8,6	0,7
<b>Стоимость рациона</b>	<b>80,05</b>	<b>829</b>	<b>29,2</b>	<b>29,0</b>	<b>102,7</b>	<b>8,6</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко витаминизированное	1шт	120	6,0	6,4	9,4	0,8
Маковый рулетик посыпной	55	186	4,7	5,9	23,5	1,9
<b>Стоимость рациона</b>	<b>30,00</b>	<b>306,0</b>	<b>10,7</b>	<b>12,3</b>	<b>32,9</b>	<b>2,7</b>

Инженер-техн



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.