

Меню учителя на 29 МАЯ 25 г

Согласовано
Директор школы №



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	11,62	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Борщ "Сибирский "с мясом, сметаной, зеленью	22,97	265	121,0	4,7	6,9	10,1	1,0
Вторые блюда							
Каша молочная "Дружба " с маслом	23,22	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Тефтели мясные в соусе томатном	69,90	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Гарниры							
Рожки отварные	13,44	180	212,0	6,5	5,7	33,5	3,4
Напитки							
Чай с сахаром	1,46	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0,01
Компот из яблок	7,23	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Сок фруктовый	18,60	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	4,02	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Малышева Г.А.

] 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

НА 29.05.25

Согласовано

Директор школы №



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество в 100 г
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Каша молочная " Дружба " с маслом	200/5	228,0	6,2	8,5	31,6	3,2
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Йогурт 1/100	1шт	82,0	11,2	25,2	46,0	4,6
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		487,0	19,7	41,6	102,1	10,2
Обед 7-11 лет						
Борщ " Сибирский " с мясом, сметаной, зеленью	265	121,0	4,7	6,9	10,1	1,0
Тефтели мясные в соусе томатном	100/50	264,0	13,8	16,6	15,0	1,5
Рожки отварные	150	178,0	5,4	4,9	27,9	2,8
Компот из яблок	200	58,0	0,2	0,2	13,9	1,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	28	78,4	2,2	0,6	16,0	1,6
		752,4	28,1	29,5	93,7	9,4
Стоимость рациона	233,84	1239,4	47,8	71,1	195,8	19,6

Инженер-технолог
Горячкина Н.Н.

Калькулятор
Малышева Г.А.

* - 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.