

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.06.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнно	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0
Пудинг " Лакомка " с вареньем	150/30	379,0	14,1	12,6	56,4	5,6
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0
Я б л о к о	1шт	49,0	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4
		660,0	20,4	25,3	91,9	9,1
Обед 7-11 лет						
Суп с вермишелью, говядиной тушёной ,зеленью	270	138,0	5,2	5,9	15,8	1,6
Бифштеке домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6
Рис отварной	150	185,0	3,7	6,3	28,5	2,9
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	32	90,0	2,6	0,6	18,3	1,8
		787,0	22,1	26,8	113,9	11,4
Стоимость рациона	233,84	1447,0	42,5	52,1	205,8	20,5

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.

17

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 16.06.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность	Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
Завтрак 12-17 лет							
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,1	0,01
Сыр порционнно	15	53,0	3,5	4,4	0,0	0,0	0,0
Пудинг " Лакомка " с вареньем	200/20	450,0	18,7	12,0	66,7	6,7	6,7
Чай с лимоном	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	1,0	1,0
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4	1,4
		682,0	24,6	24,3	91,4	9,1	
Обед 12-17 лет							
Суп с вермишелью, говядиной тушёной ,зеленью	270	138,0	5,2	5,9	15,8	1,6	1,6
Бифштекс домашний	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,6	1,6
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4	3,4
Напиток из шиповника	200	104,0	0,7	0,3	24,6	2,4	2,4
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,4	1,4
		802,0	22,2	27,9	115,1	11,5	
Стоимость рациона	233,84	1484,0	46,8	52,2	206,5	20,6	

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.