

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.07.25



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество
Завтрак 12-17 лет						
Масло сливочное	15	99,0	0,12	10,9	0,2	0,02
Каша молочная пшённая с маслом	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,8
Чай с сахаром	200	41,0	0,2	0,1	10,1	1,0
Йогурт 1/100	1шт	82,0	2,8	2,8	11,5	1,2
Батон	25	70,0	2,0	0,5	14,2	1,4
		499,0	11,5	21,9	64,3	6,4
Обед 12-17 лет						
Борщ " Сибирский " с говядиной тушёной, сметаной, зеленью	270	109,0	4,3	5,6	10,2	1,0
Котлета рыбная	100	246,0	15,3	12,5	18,4	1,8
Рис отварной	180	220,0	4,4	7,5	33,7	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8,0	0,5	0,0	1,5	0,1
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб ржано-пшеничный	25	54,0	1,8	0,3	11,2	1,1
Батон	35	98,0	2,8	0,7	19,8	2,0
		784,0	29,3	26,7	106,8	10,7
Стоимость рациона	233,84	1283,0	40,8	48,6	171,1	17,1

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.