

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 10.06.26



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество
Лагерь Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	15	99	0,1	10,9	0,2	0,0
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/25	422	25,4	19,7	35,8	3,6
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Яблоко	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Батон витаминный с микронутриентами	30	84	2,4	0,6	17,2	1,7
		688	28,6	31,8	71,9	7,2
Лагерь Обед 7-11 лет						
Суп куриный с зеленью	200	77	1,8	2,4	9,4	0,9
Котлета рыбная	100	246	15,3	12,5	18,4	1,8
Пюре картофельное	150	108	3,1	5,2	12,1	1,2
Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	8	0,5	0,0	1,5	0,2
Компот из ягод	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Печенье 1/20	1шт	88	1,6	3,2	13,0	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	46	129	3,7	0,9	26,3	2,6
		758	28,0	24,6	103,5	10,4
Стоимость рациона	245,53	1446	56,6	56,4	175,4	17,5

Инженер-технолог
Говячкина 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.