

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 11.06.26



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Лагерь 7-11 лет Завтрак</b>						
Оладьи -сэндвичи с варёной сгущёнкой, маслом	180/5	632	9,9	23,0	94,5	9,5
Я б л о к о	1шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
		<b>715</b>	<b>10,6</b>	<b>23,6</b>	<b>113,2</b>	<b>11,3</b>
<b>Лагерь 7-11 лет Обед</b>						
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	210	99	6,4	5,9	5,8	0,6
Филе куриное панированное	100	296	24,0	16,7	12,4	1,2
Рис отварной	150	185	3,7	6,3	28,5	2,9
Помидоры свежие ( доп.гарнир)	60	6	0,6	0,2	1,1	0,1
Компот из кураги	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	33	92	2,6	0,7	18,9	1,9
		<b>817</b>	<b>40,2</b>	<b>30,1</b>	<b>90,7</b>	<b>9,1</b>
<b>Стоимость рациона</b>	<b>245,53</b>	<b>1532</b>	<b>50,8</b>	<b>53,7</b>	<b>203,9</b>	<b>20,4</b>

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.