

20

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 02.06.2021

Согласовано *Нат. Лауре Коф*
Директор школы

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Завтрак 3-х раз 7-10 лет</i>						
Котлета куриная	90	169	12,8	7,2	12,6	1,1
Рис отварной	150	216	3,7	6,3	28,5	2,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	55	7	0,4	0,1	1,3	0,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	132			33	2,7
Печенье " Сормовское "	10	42	0,8	1,5	6,3	0,5
Батон	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<i>Обед лагерь 3-х разов 7-10лет</i>						
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	10/255	133	5	4,8	17,3	1,4
Рыба запеченная	90	109	11,7	5,2	3,9	0,3
Картофельное пюре	150	138	3,1	5,4	12,1	1
Компот из кураги	200	106	1	0,1	25,2	2,1
Яблоко свежее	1 шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб ржаной	50	100	3,3	0,6	20,5	1,7
Батон	45	154	4,3	1,8	30,2	2,5
<i>Полдник лагерь 3-х раз 7-10 лет</i>						
Маковый рулетик посыпной	70	236	6,1	7,6	29,7	2,5
Молоко витаминизированное 0,2	1 шт	118	5,6	6,4	9,4	0,8
Стоимость рациона	184,80	1 834,0	61,3	48,8	264,8	22,0

Инженер-техно

Столярова Е.А.

Калькулятор

Малышева Г.А.

Директор по
производству
Корнева
Е.И.

* - 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.