

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

35



НА 25.03.25

4.0 Директор школы № 35

Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Завтрак 7-11 лет						
Масло сливочное	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0,01
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	437,0	25,7	20,1	38,2	3,8
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 ,обогашенный йодоказеином	20	48,0	1,4	0,5	10,0	1,0
		643,0	27,9	28,4	69,4	6,9
Обед 7-11 лет						
Суп куриный с зеленью	250	96,0	2,3	3,0	11,7	1,2
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
Компот из ягод	200	49,0	0,2	0,1	12,0	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	25	53,0	1,8	0,3	10,8	1,1
Батон ,обогашенный йодоказеином	28	67,2	2,0	0,7	14,0	1,4
		731,2	26,0	24,1	100,6	10,1
Стоимость рациона	233,84	1374,2	53,9	52,5	170,0	17,0

Инженер-технолог

Калькулятор

Горячкина Н.Н.

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.