

ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 30.03.26

Согласовано
Директор школы № 34



Наименование блюда	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Лагерь Завтрак 12 лет и старше						
Масло сливочное	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	25	88	5,7	7,3	0	0
Омлет натуральный	200	266	18,6	19,2	4,6	0,4
Чай с сахаром	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Я б л о к о	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	1,1
Батон витаминный с микронутриентами	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4
		560	27	34,8	34,8	3,5
Лагерь Обед 12 лет и старше						
Суп картофельный с крупой,рыбными консервами,зеленью	265	152	5,6	6,8	17	1,7
Плов из говядины	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
П е ч е н ь е 1/20	1шт	86	1,5	2,8	13,6	1,4
Компот из апельсинов	200	69	0,2	0,1	17	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	41	87	3	0,5	17,7	1,8
		694	21,9	21,9	102,4	10,2
Стоимость рациона	245,53	1254	48,9	56,7	137,2	13,7

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.