

# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

НА 03.06.26

Согласовано  
Директор школы №



| Наименование блюда                    | Выход (г)     | Калорий-<br>ность,<br>Ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы,<br>г | примерно<br>е<br>количес-<br>тво |
|---------------------------------------|---------------|----------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------------|
| <b>Лагерь Завтрак 12 лет и старше</b> |               |                            |             |             |                |                                  |
| Блины "Домашние" с вареньем           | 168/40        | 504                        | 10          | 24,6        | 60,5           | 6,1                              |
| Фруктовое пюре 1/125                  | 1шт           | 55                         | 0           | 0           | 13,8           | 1,4                              |
| Чай с лимоном                         | 200/15        | 24                         | 0,3         | 0,1         | 5,5            | 0,5                              |
| Яблоко                                | 1шт           | 62                         | 0,5         | 0,5         | 13,7           | 1,4                              |
|                                       |               | <b>645</b>                 | <b>10,8</b> | <b>25,2</b> | <b>93,5</b>    | <b>9,4</b>                       |
| <b>Лагерь Обед 12 лет и старше</b>    |               |                            |             |             |                |                                  |
| Суп сырный с гречками, зеленью        | 250/15        | 164                        | 4,3         | 5,8         | 23,7           | 2,3                              |
| Ёжики "Аппетитные"                    | 100/50        | 202                        | 11,3        | 11,8        | 12,9           | 1,3                              |
| Пюре картофельное                     | 180           | 130                        | 3,8         | 6,3         | 14,5           | 1,5                              |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)           | 70            | 10                         | 0,6         | 0,1         | 1,8            | 0,2                              |
| Компот из кураги                      | 200           | 86                         | 1,1         | 0           | 13,2           | 1,3                              |
| Кекс для детского питания 1/ 28       | 1шт           | 124                        | 1,7         | 6,2         | 15,7           | 1,6                              |
| Хлеб полезный с микронутриентами      | 25            | 53                         | 1,8         | 0,3         | 10,8           | 1,1                              |
| Батон витаминный с микронутриентами   | 32            | 90                         | 2,6         | 0,6         | 18,3           | 1,8                              |
|                                       |               | <b>859</b>                 | <b>27,2</b> | <b>31,1</b> | <b>110,9</b>   | <b>11</b>                        |
| <b>Стоимость рациона</b>              | <b>245,53</b> | <b>1504</b>                | <b>38</b>   | <b>56,2</b> | <b>204,4</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.