

Меню Свободного выбора на 17. 11.23

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из свежих помидоров и огурцов	14,59	100	74	0,97	6,1	3,7	0,2
Салат "Овощная гирлянда"	12,71	100	129	1,3	10,2	8,1	0,7
Винегрет овощной	11,96	100	124	1,1	10,2	6,9	0,5
<i>Первые блюда</i>							
Суп молочный вермишелью	13,75	250	153	5,8	4,8	21,6	1,8
Суп-пюре из овощей с мясом и гренками	28,75	10/10/250	161	6,4	6,5	19,0	1,5
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное панированное	69,38	100	296	24,0	16,70	12,40	1,1
Филе куриное запеченное с помидорами и сыром	64,85	100	166	18,9	8,1	4,4	0,3
Плов из говядины	59,67	200	309	12,7	12,8	36,0	3,0
Бифштекс домашний	41,00	90	217	8,1	13,4	15,9	1,3
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	17,98	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
Макаронные изделия отварные	8,63	180	212	6,5	5,7	33,5	2,7
<i>Напитки</i>							
Напиток из облепихи	8,03	200	60	0,0	0,0	15,0	1,2
Чай с сахаром	1,45	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Груша	33,07	1 шт	92	0,8	0,6	20,6	1,7
Яблоко свежее	10,40	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

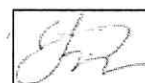
Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.



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.