

Меню Свободного выбора на 01,02,24

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат "Фруктовый бум"	29,21	100	61	1,1	0,8	12,4	12,1
Салат "Восторг"	36,26	100	198	4,4	13,2	15,5	1,2
Салат "Смак"	16,66	100	109	0,9	10,1	3,4	0,2
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем куриным филе, зеленью	16,62	10/250	108,	5,6	3,0	15,0	1,2
Суп-пюре с горохом, мясом и гречками	28,56	10/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
Вторые блюда							
Индейка с булгуром	67,86	200	350,0	12,80	15,50	39,80	3,30
Биточки "Школьные"	51,35	100	257	16,5	17,1	9,3	0,8
Куриное филе запеченное с ананасами	79,49	100	233	22,6	13,6	5,0	0,4
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	12,72	180	296	10,2	8,8	44,10	3,7
Овощи тушеные	28,10	180	150	3,9	7,4	16,80	1,4
Напитки							
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,00	0,00	13,20	1,20
Чай с сахаром, лимоном	2,76	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	0,80
Чай с сахаром	1,44	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоки свежие	10,48	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
Хлеб							
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.