

Меню Свободного выбора на 04,04,24

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Винегрет овощной	13,96	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
Салат зеленый с помидорами и куриным филе, гренками	37,82	100	122	1,3	10,3	6,2	0,6
Салат овощной с фасолью и кукурузой	33,54	100	164	3,2	10,9	13,5	1,1
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	26,02	10/250	78	4,0	3,9	6,9	0,6
Вторые блюда							
Филе куриное панированное	60,91	100	296,0	24,00	16,70	12,40	1,10
Тефтели мясные в соусе	54,77	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,2
Шницель "Нежный "	48,37	90	252	15,1	15,9	12,0	1,0
Гарниры							
Пюре картофельное	25,58	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
Вермишель отварная	10,25	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
Напитки							
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,76	200	112,0	0,00	0,00	28,00	2,30
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,00	0,00	13,20	1,10
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	14,92	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	10,48	1 шт	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.