

Меню Свободного выбора на 04.09.23

Согласовано

Директор школы

Лиса

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из свеклы с сыром	15,05	100	119	4,5	9,2	4,5	0,4
Салат Восторг	34,63	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
Салат из свежих помидоров и огурцов	14,51	100	74	0,97	6,1	3,7	0,3
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	24,72	10/260	101	4,2	5,2	9,3	0,8
Вторые блюда							
Бефстроганов из филе индейки	44,43	100	179	11,0	12,50	5,50	0,4
Плов из говядины	66,21	200	309	12,7	12,8	36,0	3,0
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	12,81	180	296	10,2	8,8	44,1	3,6
Капуста цветная запеченная под соусом	33,54	180	219	6,9	12,2	15,9	1,3
Напитки							
Компот из груши	8,42	200	58	0,2	0,1	14,0	1,2
Чай с сахаром	1,45	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	12,00	1 шт	67	0,6	0,6	14,7	1,2
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.

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.

Косолапова В.Ф.

Директор по производству
Корнева

Корнева

* 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.