

Меню Свободного выбора на 06,02,24

Согласовано
Директор школы

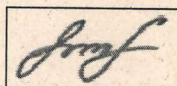
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат "Овощная гирлянда"	13,25	100	129	1,3	10,2	8,1	0,7
Салат из свежих помидоров и огурцов	15,14	100	74	0,97	6,1	3,7	0,2
Салат из свеклы с сыром	18,35	100	119	4,5	9,2	4,5	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Борщ "Нижегородский" мясной со сметаной, зеленью	45,85	260	112	7,5	5,3	8,6	0,7
<i>Вторые блюда</i>							
Ёжики "Аппетитные"	43,73	100/50	202,0	11,30	11,80	12,90	1,00
Котлета из индейки	61,87	90	140	12,5	8,3	3,9	0,2
Сырники из творога с вареньем	67,39	200/20	533	32,7	24,2	46,3	3,8
Филе куриное запечённое с ананасами	79,49	100	233	22,6	13,6	5,0	0,4
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	19,33	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
Вермишель отварная	10,13	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
<i>Напитки</i>							
Компот из яблок	4,69	200	58,0	0,20	0,20	13,90	1,20
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
<i>Фрукты</i>							
Яблоки свежие	10,48	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

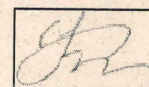
Румянцева А.Ю.

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.