

Меню Свободного выбора на 05.09.23

Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<b>Холодные блюда</b>							
Салат из квашеной капусты	17,68	100	98	1,6	5,1	11,3	0,9
Винегрет овощной с зеленым горошком	19,49	100/20	132	1,8	10,2	8,3	0,7
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	16,50	100	82	1,5	6,3	5	0,4
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	20,97	10/250	127	8,8	4,1	14,5	1,2
Суп-пюре из цветной капусты с куриным филе и гренками	41,20	25/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Филе куриное панированное	58,63	100	296	24,0	16,70	12,40	1,0
Тефтельки мясные с сыром в томатном соусе	50,00	100/50	251	13,0	17,0	11,5	0,9
Сырники из творога со сгущенным молоком	71,36	200/30	602	34,5	24,8	60,4	5,0
<b>Гарниры</b>							
Пюре картофельное	17,98	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
Макаронные изделия отварные	8,63	180	212	6,5	5,7	33,5	2,7
<b>Напитки</b>							
Компот из кураги	6,69	200	86	1,0	0,0	13,2	1,1
Чай с сахаром	1,45	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай с лимоном	2,77	29	43,0	0,3	0,1	10,3	0,9
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
Яблоко свежее	12,00	1 шт	67	0,6	0,6	14,7	1,2
<b>Хлеб</b>							
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

\* 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.