

Меню Свободного выбора на 09,02,24



118
 [Signature]

Согласовано
 Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	24,69	100	113	2,9	9,6	3,7	0,3
Салат по-русски	18,74	100	131	2,7	11,3	4,6	0,4
Салат " Витаминный микс"	16,71	100	113	1,2	10,1	4,3	0,4
Салат овощной с яблоками"Калейдоскоп"	13,65	100	128	1,3	10,2	7,8	0,7
Первые блюда							
Бульон с куриным филе,гренками,зеленью	26,92	25/15/250	100	9,5	0,8	13,7	1,1
Суп-пюре из цветной капусты с куриным филе,гренками	44,68	25/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
Вторые блюда							
Жаркое по-домашнему	64,64	200	226,0	10,10	12,00	19,30	1,60
Индейка с булгуром	68,00	200	375	14,2	18,7	37,6	3,1
Филе куриное запеченное с помидорами и сыром	61,00	100	166	18,9	8,1	4,4	0,3
Котлеты из индейки	61,96	90	140	12,5	8,3	3,9	0,3
Гарниры							
Капуста цветная отварные с маслом	39,06	180	107	5,2	5,6	8,80	0,7
Каша гречневая рассыпчатая	12,72	180	296	10,2	8,8	44,10	3,6
Напитки							
Компот из груши	8,35	200	58,0	0,20	0,10	14,00	1,20
Чай с сахаром,лимоном	2,76	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	0,90
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							
Яблоко свежее	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.

[Signature]

Калькулятор
 Косолапова В.Ф.

[Signature]

Директор по
 производству
 Корнева Е.И.

[Signature]

* 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.