

Меню Свободного выбора на 09. 10.23

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 восторг	34,76	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
Салат из квашеной капусты	17,74	100	98	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат летний	12,77	100	103	2,4	7,3	6,7	0,6
<b>Первые блюда</b>							
Суп сырный с гренками, зеленью	18,09	250/15	173	6,1	6,3	22,8	1,9
<b>Вторые блюда</b>							
Котлета куриная	45,68	90	156	14,6	7,90	5,20	0,4
Макаронник с мясом тушеным	68,77	200	428	19,2	22,1	38,0	3,2
Пудинг Лакомка со сгущенным молоком	75,91	200/30	401	16,3	11,9	57,3	4,8
<b>Гарниры</b>							
Вермишель отварная	8,63	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
Картофель запеченный в сметанном соусе	20,80	180	204	4,3	9,5	25,2	2,1
<b>Напитки</b>							
Компот из ягод	7,92	200	49	0,2	0,1	12,0	1,0
Чай с лимоном	2,77	200/7	43	0,3	0,1	10,3	0,8
Чай с сахаром	1,45	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,27	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
Яблоко свежее	9,60	1шт	53	0,48	0,5	11,8	1,0
<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

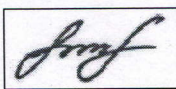
Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

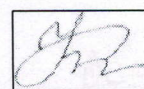


Калькулятор

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.