

Меню Свободного выбора на 13. 09.23

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	17,25	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Салат из свеклы с фасолью	17,89	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат витаминный микс	16,08	100	113	1,2	10,1	4,3	0,3
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем с куриным филе, зеленью	15,62	10/250	108	5,6	3,0	15,0	1,2
Суп-пюре из цветной капусты, брокколи, с куриным филе и гренками	43,04	25/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
Вторые блюда							
Плов из говядины	66,20	200	309	12,7	12,80	36,00	3,0
Биточки домашние	42,77	100	198	13,8	11,3	10,1	0,8
Гарниры							
Капуста цветная запеченная под соусом	40,23	180	219	6,9	12,2	15,9	1,3
Пюре картофельное	17,97	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
Напитки							
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 без сахара	0,42	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	15,98	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.

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.