

Меню Свободного выбора на 17,05,24

Согласовано
Директор школы

118
Огулов

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из помидоров с яйцом и зеленым горошком	26,00	100	113	2,9	9,6	3,7	0,3
Винегрет овощной	13,96	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
Салат из квашеной капусты с перцем и кукурузой	28,87	100	174	2,9	11,1	15,7	1,3
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	36,49	255	112	6,8	6,2	7,0	0,6
Суп-пюре из овощей с мясом и гречками	34,14	10/10/250	161	6,4	6,5	19,0	1,6
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки куриные	50,76	100	229	20,2	9,0	16,8	1,4
Филе куриное запеченное с помидорами и сыром	61,23	100	166	18,9	8,1	4,4	0,4
Шницель "Нежный"	48,37	100	219	15,0	12,2	11,9	0,9
Запеканка картофельная с мясом	65,56	200	252	14,6	12,2	21,0	1,7
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,87	180	296	10,2	8,8	44,10	3,6
Картофель отварной	25,68	180	138	3,5	5,7	18,40	1,5
<i>Напитки</i>							
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,00	0,00	13,20	2,10
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	14,92	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	8,46	1шт	47	0,4	0,4	10,3	0,8
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,77	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.

Косолапова В.Ф.

Директор по
производству
Корнева Е.И.

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.