Меню Свободного выбора на 20,03,24

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из свеклы с фасолью	**18,39**	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат "Витаминный микс"	**16,71**	100	113	1,2	10,1	4,3	0,3
Салат из цветной капусты,овощей и плодов	**16,78**	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Первые блюда							
Суп из овощей с мясом,зеленью	**28,50**	10/250	90	3,4	4,0	9,3	0,8
Суп-пюре из цветной капусты,куриным филе и гренками	**44,13**	25/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
Вторые блюда							
Рулет мясной с яйцом	**45,59**	100	176,0	12,50	10,80	7,30	0,60
Беф-строганов из куриного филе	**50,72**	100	169	14,0	10,6	4,3	0,3
Филе куриное панированное	**60,92**	100	296	24,0	16,7	12,4	1,0
Биточки домашние	**50,20**	100	198	13,8	11,3	10,1	0,9
Постные блюда							
Суп из овощей с зеленью	**13,48**	250	119,0	4,70	6,10	9,40	0,80
Котлета картофельная	**14,18**	100	160,0	2,90	7,40	14,30	1,20
Рожки отварные с маслом растительным	**4,54**	150	199,0	5,70	5,60	29,50	2,50
Гарниры							
Рожки отварные	**10,25**	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
Пюре картофельное	**25,58**	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
Напитки							
Компот из ягод	**7,85**	200	49,0	0,20	0,10	12,00	1,00
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
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.

Калькулятор Косолапова.В.Ф

Директор по производству 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.