

Меню Свободного выбора на 20,05,24

Согласовано
 Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, 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	0,8
Салат "Овощная гирлянда"	16,87	100	129	1,3	10,2	8,1	0,8
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	30,31	10/255	127	5,5	4,7	16,6	1,4
Вторые блюда							
Плов из говядины	60,90	200	300	11,6	11,7	37,1	3,1
Рагу из говядины	66,56	200	211	11,3	10,8	16,9	1,4
Бифштекс домашний	48,38	90	217	8,1	13,4	15,9	1,3
Гарниры							
Капуста цветная и брокколи отварная с маслом	44,25	180	107	5,2	5,6	8,80	0,8
Рожки отварные	10,25	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
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	8,46	1 шт	47	0,4	0,4	10,3	0,8
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.