

Меню Свободного выбора на 24.11.23

Согласовано
Директор школы



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	20,77	100	113	2,9	9,6	3,7	0,2
Винегрет овощной	11,96	100	124	1,1	10,2	6,9	0,5
Салат из квашеной капусты с перцем и кукурузой	30,45	100	174	2,9	11,1	15,7	1,2
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	35,59	260	119	7,0	7,0	7,2	0,6
Суп-пюре из овощей с мясом и гречками	28,75	10/10/250	161	6,4	6,5	19,0	1,6
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная	57,49	100	229	20,2	9,00	16,80	1,4
Шницель "Нежный"	44,07	100	219	15,0	12,2	11,9	0,9
Запеканка картофельная с мясом	54,76	200	271	16,1	13,3	21,7	1,8
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,80	180	296	10,2	8,8	44,10	3,7
Картофель отварной	17,15	180	138	3,5	5,7	18,40	1,5
<i>Напитки</i>							
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
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	10,40	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
<i>Хлеб</i>							
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.