

Меню Свободного выбора на 29. 09.23

118  
Согласовано  
Директор школы

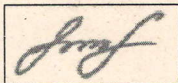
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	24,77	100	63	0,8	5,1	3,3	0,2
Салат по-русски	16,56	100	131	2,7	11,3	4,6	0,3
<b>Первые блюда</b>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	34,14	30/15,250	107	11,0	0,9	13,7	1,1
Суп-пюре с горохом с мясом и гренками	25,34	10/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Жаркое по-домашнему	60,22	200	215	13,3	9,40	19,20	1,6
Индейка с булгуром	54,65	200	352	13,2	16,8	37,0	3,1
Котлета из индейки	53,11	90	185	13,0	12,7	4,6	0,3
<b>Гарниры</b>							
Капуста цветная и брокколи отварные с маслом	42,80	180	107	5,2	5,6	8,8	0,7
Вермишель отварная	8,63	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
<b>Напитки</b>							
Напиток из плодов шиповника	7,85	200	104	0,7	0,3	24,6	2,0
Чай с сахаром	1,45	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,27	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
Яблоко свежее	9,60	1шт	53	0,48	0,5	11,8	1,0
<b>Хлеб</b>							
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

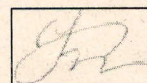
Румянцева А.Ю.

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.