

Меню Свободного выбора на 11,03,24

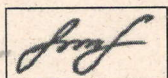
Согласовано
 Директор школы


Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из свеклы с сыром	18,43	100	119	4,5	9,2	4,5	0,3
Салат "Восторг"	36,42	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
Салат из свежих помидоров и огурцов	15,24	100	74	0,97	6,1	3,7	0,3
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом тушеным, сметаной, зеленью	22,92	275	122	3,9	6,4	10,0	0,9
Вторые блюда							
Запеканка картофельная с мясом тушеным	68,25	200	282,0	13,50	15,70	21,70	1,80
Бифштекс домашний	48,38	90	217	8,1	13,4	15,9	1,3
Блинчики с маслом сливочным	28,97	150/10	385	11,8	16,9	47,6	4,0
Блинчики с молоком сгущенным	30,63	150/30	413	13,7	12,7	61,8	5,1
Блинчики с вареньем	29,55	150/30	399	11,8	10,4	65,9	5,5
Оладьи с маслом сливочным	23,51	150/10	438	11,4	18,4	57,9	4,8
Оладьи с молоком сгущенным	25,17	150/30	466	13,4	14,2	72,1	6,0
Оладьи с вареньем	24,09	150/30	452	11,5	11,9	76,3	6,4
Блинчики с яблочным фаршем	20,25	135	318	7,6	13,5	40,6	3,4
Блинчики	20,07	150	328	11,7	10,5	47,5	4,0
Гарниры							
Пюре картофельное	25,58	180	130	3,8	6,3	14,50	1,21
Каша гречневая рассыпчатая	12,87	180	296	10,2	8,8	44,10	3,7
Капуста цветная запеченная под соусом	44,10	180	219	6,9	12,2	15,90	1,3
Напитки							
Напиток из облепихи		200	60,0	0,00	0,00	15,00	1,20
Чай с сахаром, лимоном	2,76	200/7	41,0	0,20	0,10	10,10	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	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	10,48	1 шт	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

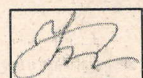
Инженер-технолог
 Румянцева А.Ю.



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.