Меню Свободного выбора на 10.02.25

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	25,12	100	119	4,5	9,2	4,5	0,4
Салат зеленый с огурцами и помидорами	37,93	100	105	0,93	10,1	2,5	0,2
Салат "Восторг"	45,21	100	198	4,4	13,2	15,5	1,6
Первые блюда							
Суп сырный с гренками,зеленью	30,43	250/15	173,0	6,10	6,30	22,8	2,30
Вторые блюда							
Гуляш из говядины	65,11	100	121	8,2	8,6	2,8	0,3
Сырники из творога со сгущенным молоком	91,61	200/25	592	34,2	25,0	56,7	5,6
Котлеты куриные с сыром	66,02	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Гарниры							
Картофель запеченный в сметанном соусе	36,94	180	204	4,3	9,5	25,2	2,5
Рожки отварные	13,44	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Напитки							
Компот из мандаринов	9,17	200	69	0,2	0,1	16,9	1,7
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	8,96	200	112	0,0	0,0	28,0	2,8
Чай с сахаром	1,46	200	41	0,2	0,1	10,1	1,0
Чай без сахара	0,42	200	2	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	18,60	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Фрукты							
Яблоко свежее	14,85	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,29	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон обогащённый йодоказеином	3,65	20	48	1,4	0,5	10,0	1,0

Инженер-технолог Калькулятор

Румянцева А.Ю. Косолапова.В.Ф

* 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.