

Меню Свободного выбора на 16,09,24

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 квашеной капусты	18,79	100	98	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат "Летний"	16,47	100	103	2,4	7,3	6,7	0,6
Салат "Восторг"	37,51	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	25,54	260	111	4,8	4,0	14,0	1,1
<i>Вторые блюда</i>							
Азу из говядины	65,52	200	248	11,7	13,0	20,9	1,7
Бефстроганов из индейки в сырном соусе	68,94	100	178	15,6	11,6	2,7	0,9
Чевапчичи в томатном соусе	63,01	100/50	267	18,5	16,9	10,5	0,9
<i>Гарниры</i>							
Картофель запеченный в сметанном соусе	28,45	180	204	4,3	9,5	25,2	2,1
Рожки отварные	12,08	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
<i>Напитки</i>							
Компот из кураги	7,71	200	86,0	1,00	0,00	13,2	1,10
Чай с сахаром	1,69	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,67	200	2	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	11,17	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	13,95	1 шт	49	0,4	0,4	10,8	0,9
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,00	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,50	25	70	2,0	0,5	14,3	1,2

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.