

Меню Свободного выбора на 23,09,24

Согласовано  
Директор школы

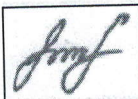
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат "Восторг"	37,66	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
Салат из свёклы с сыром	16,34	100	119	4,5	9,2	4,5	0,4
Салат "Овощная гирлянда"	15,65	100	129	1,3	10,2	8,1	0,8
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	25,54	260	90	3,4	4,0	9,3	0,9
<i>Вторые блюда</i>							
Шницель "Нежный"	46,39	90	219	15,0	12,2	11,9	1,0
Отбивная из индейки	77,72	100	271	20,0	15,5	12,5	1,2
Гуляш из говядины	63,30	100	134	6,4	9,5	2,6	0,2
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	12,08	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
Пюре картофельное	26,03	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
<i>Напитки</i>							
Компот из яблок	6,84	200	58,0	0,20	0,20	13,9	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>							
Груша	52,65	1шт	90	0,8	0,6	20,1	1,7
Яблоко свежее	13,95	1шт	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 обогащённый йодоказеином	3,96	25	60	1,8	0,6	12,5	1,0

Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

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.