

Меню Свободного выбора на 25.09.24

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 свежих помидоров с яйцом, зеленым горошком	25,47	100	113	2,9	9,6	3,7	0,3
Салат овощной с яблоками "Калейдоскоп"	14,45	100	128	1,3	10,2	7,8	0,7
Салат из квашеной капусты с яблоками	18,50	100	115	1,4	8,2	9	0,8
<i>Первые блюда</i>							
Борщ Краснодарский с мясом, сметаной, зеленью	34,26	270	114	4,5	5,2	12,3	1,0
<i>Вторые блюда</i>							
Жаркое с индейкой	68,38	200	224	14,4	10,9	17,0	1,4
Митболлы в томатном соусе	63,01	100	267	18,5	16,8	10,4	0,9
Перец фаршированный мясом рисом	130,40	194/50	181	9,9	11,4	9,7	0,9
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	12,08	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
<i>Напитки</i>							
Напиток из шиповника	8,22	200	104,0	0,70	0,30	24,6	2,00
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	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

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.