

Меню Свободного выбора на 23.10.25

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 зелёный с огурцами и помидорами	25,42	100	105	0,93	10,1	2,5	0,2
Салат "Восторг"	44,08	100	198	4,4	13,2	15,5	1,6
Салат по-русски	20,29	100	131	2,7	11,3	4,6	0,5
<i>Первые блюда</i>							
Суп Минестроне	21,75	200	94,0	2,60	4,20	11,5	1,10
<i>Вторые блюда</i>							
Блины "Домашние" со сгущённым молоком	56,77	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Фишболы в сырном соусе	71,81	100/50	127	15,6	8,1	9,3	0,9
Бифштекс домашний	53,21	90	217	8,1	13,4	15,9	1,6
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Картофель запечённый в сметанном соусе	29,05	180	204	4,3	9,5	25,2	2,5
<i>Напитки</i>							
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	18,60	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
<i>Фрукты</i>							
Яблоко	15,68	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4

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.