

Меню Свободного выбора на 28.11.25

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Салат "Летний"	17,31	100	103	2,4	7,3	6,7	0,7
Салат зелёный с персиками и куриным филе, гренками	47,58	100	200	9,5	12,4	12,6	1,3
Винегрет овощной	15,73	100	124	1,1	10,2	6,9	0,7
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,96	250	131,0	5,50	5,30	15,3	1,50
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки домашние	56,07	100	198	13,8	11,3	10,1	1,0
Шницель "Нежный"	52,55	90	219	15,0	12,2	11,9	1,2
Фишболы в сырном соусе	79,04	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Макаронник с мясом	68,16	200	399	21,0	17,6	39,3	3,9
Гамбургер куриный	64,86	180	401	18,9	14,7	48,2	4,8
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,3
Пюре картофельное	25,37	180	130	3,8	6,3	14,5	1,4
<i>Напитки</i>							
Компот из ягод	15,18	200	49	0,2	0,1	12,0	1,2
Чай с лимоном	2,87	200/7	23	0,3	0,1	5,2	0,5
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	19,95	1 шт	62	0,5	0,5	13,7	1,4
<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.