

Меню свободного выбора на 08.12.2021

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Яйцо вареное с зеленым горошком	16,90	50,20	87,0	7,0	5,8	1,7	0,1
Салат из квашеной капусты	15,20	100	90,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат со свеклой и фасолью	14,49	100	136	2,6	10,2	8,5	0,7
<i>Первые блюда</i>							
Суп пюре из овощей с мясом и гренками	30,76	10/10/250	161	8,1	6,6	21,5	1,7
Суп картофельный с горохом с зеленью	15,69	250	143	8,5	3,3	15,2	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Беф-стороганов из куриного филе	47,58	100	266	18,9	12,4	3,6	0,3
Рыба запеченная	41,47	65	129	12,9	7,2	3,1	0,2
Биточки домашние	40,72	90	191	13,0	10	10	0,8
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	7,86	150	186	5,5	4,9	28,0	2,30
Картофельное пюре	32,42	150	138	3,1	5,4	12,1	10,00
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,10	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	5,67	200	132	0,0	0,0	33,0	2,8
Сок фруктовый	8,70	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Груша	28,41	1 шт	45	0,4	0,3	10,0	0,8
Мандарин	16,42	1 шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Яблоко	11,40	1шт	76,9	0,7	0,7	15,9	1,3
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микронутриентами	3,00	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	1,69	30	60	2	0,3	12,3	1

Исполнитель
Шамшур Л.А.

Кассир
Косолапова В.Ф.

Директор по производству
Корнева Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюдах сформирована расчетным методом. Лабораторная проверка не проводится. Показатели могут быть использованы только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюдах.