Меню свободного выбора на 18,01,2022

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий-ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Винегрет овощной	**15,04**	100	118,0	1,2	10,0	4,8	0,4
Салат "Восторг"	**30,79**	100	175,0	4,0	12,7	10,3	0,8
Салат по-русски	**20,61**	100	140	2,9	11,3	5,2	0,4
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем,с мясными фрикадельками,зеленью	**25,47**	15/250	134	5,5	4	19,2	1,6
Вторые блюда							
Биточки рыбные	**39,62**	90	210	13,4	9,1	17,0	1,4
Филе куриное панированное	**41,74**	90	273	21,0	9,5	9,3	0,77
Жаркое по-домашнему с печенью	**54,37**	200	172	9,3	5,3	22,1	14,3
Гарниры							
Рис отварной	**12,02**	150	216	3,7	6,3	28,5	2,30
Пюре картофельное	**33,54**	150	138	3,1	5,4	12,1	1,00
Напитки							
Компот из яблок	**4,62**	200	59	0,2	0,2	14	1,1
Компот из смеси сухофруктов	**7,03**	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
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	
Сок фруктовый	**8,70**	200	90			22,4	1,9
Фрукты							
Мандарины	**16,42**	1шт	38,0	0,8	0,2	7,5	0,6
Груша свежая	**27,57**	1шт	45,0	0,4	0,3	10,0	0,8
Яблоко	**9,65**	1шт	76,9	0,7	0,7	15,9	1,3
Хлеб							
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

Инженер-технол Шавшина Л. А.

Калькулятор Косолапова В.Ф.

Директор по производст Корнева Е.И.

* - 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.