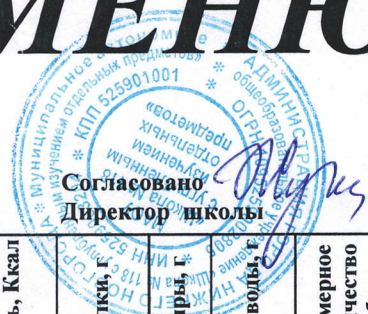


# ШКОЛЬНОЕ МЕНЮ

Меню свободного выбора на 25.05.2021



Согласовано  
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Винегрет овощной с зеленым горошком	15,6	100/20	126	1,8	10	5,6	0,5
Салат из квашеной капусты	11,7	100	90	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат из свежих помидоров	13,18	100	112	1	10,2	3,5	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом,зеленью	16,98	10/250	84	4,5	3,3	7,7	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки рыбные	34,46	90	203	13,2	9,7	13,6	1,1
Плов из филе цыплят	34,24	200	384	18,6	10,4	41,7	3,5
Котлета куриная	33,4	90	169	12,8	7,2	12,6	1,1
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	14,25	180	302	10,2	8,8	44,1	3,7
Картофельное пюре	17,25	150	138	3,1	5,4	12,1	1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,1	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Сок фруктовый	8,4	200	90			22,4	1,9
<i>Выпечка</i>							
Хлеб ржаной	1,37	30	60	2	0,3	12,3	1
Батон	2,21	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	10,45	1шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Груша свежая	26,93	1шт	47	0,4	0,3	10,3	0,9

Инженер-техно

Шамшина Л. А

Калькулятор

Косолапова В.Ф

Директор по

производству

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.