

Меню свободного выбора на 26,02,2022

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Икра кабачковая	16,50	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Салат "Восторг"	30,79	100	175,0	4,0	12,7	10,3	0,8
Салат фруктовый	20,21	100	56	1,3	0,8	10,1	0,8
<i>Первые блюда</i>							
Суп с клецками, мясом, зеленью	20,78	10/250	129	3,5	5,6	16,0	1,3
<i>Вторые блюда</i>							
Сосиска отварная	22,20	1шт	160	11,0	12,0	1,5	0,1
Рыба тушеная в томате с овощами	39,50	100	106	9,7	4,9	6,8	0,5
Котлета рубленая из цыплят с сыром	43,76	90	227	18,5	11,0	11,5	0,9
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	8,52	150	183	5,5	4,2	28,5	2,30
Рис отварной	11,73	150	216	3,7	6,3	28,5	2,30
<i>Напитки</i>							
Компот из смеси ягод	8,00	200	70	0,2	0,1	17,0	1,40
Напиток клюквенный	11,06	200	103	0,1	0,1	25	2,0
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	7,07	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Мандарины	25,45	1шт	58,9	1,4	0,3	11,6	1,0
Груша свежая	28,41	1шт	45,0	0,4	0,3	10,0	0,8
Яблоко	12,07	1шт	96,1	0,9	0,9	19,9	1,6
<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

Инженер-технолог  
Шамшина Л. А.

Калькулятор  
Косолапова Н.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.