

Меню Свободного выбора на 02.05.23

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
Холодные блюда							
Салат из свежих помидоров и огурцов	16,27	100	74	0,97	6,1	3,7	0,36
Салат "Овощная гирлянда"	14,55	100	129	1,3	10,2	8,1	0,6
Салат из свеклы с сыром	15,88	100	119	4,5	9,2	4,5	0,4
Первые блюда							
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	27,39	285	144	6,3	8,0	10,1	0,8
Вторые блюда							
Шницель "Нежный"	40,10	90	219	15,0	12,20	11,90	1,0
Жаркое с индейкой	48,27	200	256	9,5	16,2	18,2	1,5
Сырники из творога со сгущенным молоком	62,72	150/30	446	24,9	18,1	45,8	3,8
Гарниры							
Пюре картофельное	21,18	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
Капуста цветная запеченная под соусом	40,26	180	219	6,9	12,2	15,9	1,3
Напитки							
Компот из ягод	7,14	200	49	0,2	0,1	12,0	1,0
Чай с лимоном	2,94	200/7	43	0,3	0,1	10,3	0,8
Чай с сахаром	1,26	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	10,21	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	16,88	1 шт	95	2,3	0,5	20,3	1,7
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,80	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.

Директор по
производству
Корнева

* 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.