

Меню Свободного выбора на 09.11.22

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные закуски							
Салат по-русски	18,24	100	131	2,7	11,3	4,6	0,4
Салат "Смак"	19,23	100	109	0,9	10,1	3,4	0,3
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	18,56	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Первые блюда							
Супс горохом, мясом ,грёнками и зеленью	22,21	10/250/15	227	10,5	6,5	31,5	2,6
Суп пюре из цветной капусты брокколи, куриным филе и грёнками	38,45	25/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
Вторые блюда							
Бефстроганов из филе индейки	50,99	100	238	9,3	20,00	5,00	0,4
Биточки домашние	42,35	100	198	13,8	11,3	10,1	0,80
Гарниры							
Картофельное пюре	21,18	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
Макаронные изделия отварные	9,98	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
Напитки							
Кисель плодово-ягодный витаминизированные	7,56	200	112	0,00	0,0	28,0	2,3
Чай с сахаром	1,30	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,44	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							
Груша свежая	45,00	1шт	92	0,8	0,6	20,6	1,7
Яблоко свежее	16,88	1шт	67	0,6	0,6	14,6	1,2
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

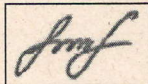
Инженер-технолог



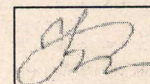
Калькулятор

Шамшина Л.А.

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.