

Меню свободного выбора на 11,04,2022



Жукова

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Яйцо вареное с зеленым горошком	17,85	50/20	87,0	7,0	5,8	1,7	0,1
Салат из свеклы с фасолью	15,12	100	136,0	2,6	10,2	8,5	0,70
Салат "Восторг"	34,00	100	175	4,0	12,7	10,3	0,8
<i>Первые блюда</i>							
Суп картофельный с пшеном, рыбными консервами, зеленью	31,10	275	275	181	7,3	8,8	17,1
<i>Вторые блюда</i>							
Плов из говядины	63,17	200	309	14,7	9,8	36,7	3,0
Оладьи со сгущенным молоком	22,04	150/30	466	13,4	14,2	72,1	6,0
Бифштекс домашний	52,12	90	191	13,1	10,5	16,3	1,3
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	10,08	180	222	6,5	5,7	33,5	2,8
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,11	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,34	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	59,0	1,2	0,3	11,7	0,1
Яблоко	12,07	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Апельсин	36,76	1шт	139,0	2,0	0,44	17,8	1,5
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	1

Инженер-технол
Шамкина Л. А.

[Signature]

Калькулятор
Косопалова В. Ф.

[Signature]

Директор по производству
Корнева Е. И.

[Signature]

* - 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.