

Меню Свободного выбора на 16,09,22

118  
 СОГЛАСОВАНО  
 Директор школы  
 [Подпись]

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные закуски</b>							
Салат из свежих огурцов	11,46	100	67	0,8	6	2,4	0,2
Салат из квашеной капусты с яблоками и кукурузой	18,15	100	158	2,7	8,9	16,9	1,4
Салат "Восторг"	36,41	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
<b>Первые блюда</b>							
Суп-пюре из цветной капусты, куриным филе и гренками	36,99	25/10/250	100	9,5	0,8	13,7	1,6
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	27,33	35/15/250	117	12,6	1,0	14,2	1,2
<b>Вторые блюда</b>							
Шницель "Нежный"	39,46	90	211	14,3	11,8	11,9	1,0
Фрикасе из индейки	38,77	100	150	6,3	13,1	1,6	0,10
Запеканка картофельная с мясом	52,62	200	259	11,5	13,7	22,5	1,9
<b>Гарниры</b>							
Картофель отварной	23,59	180	138	3,5	5,7	18,4	1,5
Рис отварной	11,41	180	220	4,4	7,5	33,7	2,8
<b>Напитки</b>							
Чай с лимоном	2,54	200/7	43	0,3	0,1	10,3	0,9
Чай с сахаром	1,22	200	53,0	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,34	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Сок фруктовый	12,00	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Компот из сухофруктов	6,99	200	86,0	0,6	0,0	20,9	1,7
<b>Фрукты</b>							
Нектарин свежий	16,50	110	50	1	0,1	10,5	0,8
Яблоко свежее	16,88	1 шт	67	0,6	0,6	14,6	1,2
Груша свежая	37,80	1 шт	133	0,8	0,6	21,6	1,8
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

[Подпись]

Калькулятор

[Подпись]

Косолапова. В. Ф

Директор по производству  
Корнева

[Подпись]

\* 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.