

Меню Свободного выбора на 17.05.23

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	18,37	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Салат из свеклы с фасолью	19,45	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат витаминный микс	17,27	100	113	1,2	10,1	4,3	0,4
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	22,85	10/250	111	4,8	4,0	14,0	1,1
Суп-пюре с горохом, мясом и гречками	25,90	10/10/250	189	8,6	6,5	23,9	2,0
Вторые блюда							
Биточки рыбные	57,92	100	207	13,0	10,40	15,40	1,3
Плов из говядины	61,95	200	309	12,7	12,8	36,0	3,0
Котлеты домашние	42,33	100	198	13,8	11,3	10,1	0,9
Гарниры							
Ризотто	25,84	180	272	5,6	13,2	32,7	2,7
Картофельное пюре	21,18	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
Напитки							
Компот из смеси сухофруктов	5,98	200	86	1,0	0,1	13,2	1,1
Чай с лимоном	2,94	200/7	43	0,3	0,1	10,3	0,9
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.