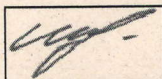


Меню Свободного выбора на 17,10,22

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные закуски							
Салат из свежих помидоров с кукурузой	20,95	100	172	2,9	11,1	15,1	1,2
Винегрет овощной	13,51	100	124	1,1	10,2	6,9	0,6
Фруктовый бум	32,75	100	61	1,1	0,8	12,4	1,0
Первые блюда							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, сметаной, зеленью	14,19	255	127	2,1	5,8	16,6	1,4
Суп пюре с горохом, мясом и гренками зеленью	26,02	10/10/250	189	8,6	6,5	23,9	2,0
Вторые блюда							
Шницель "Нежный"	40,12	90	211	14,3	11,8	11,9	1,0
Мясо с овощами	78,28	200	215	11,5	11	16,6	1,40
Рыба запеченная с помидорами и сыром	63,61	100	159	14,8	9,5	3,6	0,3
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	15,66	180	302	10,2	8,8	44,1	3,7
Капуста цветная отварная с маслом	38,03	180	103	4,9	5,7	8,2	0,7
Напитки							
Компот из ягод	7,16	200	49	0,2	0,1	12,0	1,0
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	12,30	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	16,88	1 шт	67	0,6	0,6	14,6	1,2
Груша свежая	47,25	1 шт	80,3	0,7	0,5	17,5	1,5
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

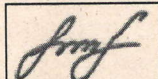
Инженер-технолог



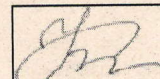
Калькулятор

Шамшина Л.А.

Косолапова В.Ф.



Директор по
производству
Корнева



* 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.