

Меню Свободного выбора на 18.02.23

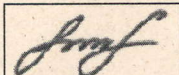
Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные закуски</i>							
Винегрет овощной	12,80	100	124	1,1	10,2	6,9	0,5
Икра кабачковая	17,95	100	78	1,2	4,8	7,8	0,7
Салат из квашеной капусты с яблоками и кукурузой	20,36	100	158	2,7	8,9	16,9	1,4
<i>Первые блюда</i>							
Суп с горохом гренками и зеленью	7,61	250/15	221	10,1	6,1	31,5	2,6
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба тушеная в томате с овощами	46,79	100	92	9,3	4,80	3,00	0,2
Плов из говядины	61,65	200	309	12,7	12,8	36,0	3,0
Шницель нежный	40,10	90	219	15,0	12,2	11,9	1,0
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	9,69	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
Картофель отварной	20,88	180	138	3,5	5,7	18,4	1,5
<i>Напитки</i>							
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,55	200	112	0,0	0,0	28,0	2,3
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
<i>Фрукты</i>							
Мандарин	24,30	1 шт	42,0	1,0	0,2	8,9	0,7
Яблоко свежее	16,88	1 шт	67	0,6	0,6	14,7	1,2
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	2,80	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог



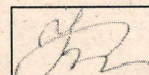
Калькулятор



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.