

118

Меню свободного выбора на 20.05.2022

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>						
Салат по-русски	21,51	100	140,0	2,9	11,3	0,4
Салат "Фруктовое наслаждение"	31,50	100	66,0	1,08	0,8	1,10
Салат из свеклы с фасолью	16,01	100	136	2,6	10,2	0,7
<i>Первые блюда</i>						
Суп гороховый с гречками и зеленью	9,46	250/15	236	10,5	6,5	2,8
Суп- пюре из цветной капусты, брокколи, куриным филе и гречками	40,37	25/10/250	160	11,7	5,9	1,2
<i>Вторые блюда</i>						
Жаркое с индейкой	61,66	200	251	8,7	15,5	1,6
Биточки по-белоруски	78,31	100	219	18,50	15,30	0,1
Сырники из творога со сгущенным молоком	69,16	200/20	482	31,7	23,1	4,2
<i>Гарниры</i>						
Вермишель отварная	11,16	180	222	6,5	5,7	2,8
<i>Напитки</i>						
Компот из свежих яблок	7,71	200	59	0,2	0,2	1,2
Чай с сахаром	1,52	200	53	0,2	0,1	1,1
Чай без сахара	0,45	200	2	0,2	0,1	
Сок фруктовый	10,80	200	90			1,9
<i>Фрукты</i>						
Апельсины	28,41	1 шт	107,0	1,5	0,3	1,1
Яблоко	18,53	1 шт	61,0	0,52	0,52	1,0
<i>Хлеб</i>						
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	1

Инженер-технол.
Шамшина Л. А.Калькулятор
Косолопова В. Ф.Директор по производству
Корнева Е. И.

* - 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.