

Меню Свободного выбора на 21,10,22



Согласовано  
Директор школы

*[Handwritten signature]*

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные закуски</b>							
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	36,85	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Салат из свежих помидоров и огурцов	16,29	100	74	0,97	6,1	3,7	0,3
Салат овощной с фасолью и кукурузой	26,14	100	164	3,2	10,9	13,5	1,1
<b>Первые блюда</b>							
Суп молочный с вермишелью	14,15	250	153	5,8	4,8	21,6	1,8
Суп-пюре из цветной капусты, куриным филе и гречками	36,85	25/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Рыба жареная по-солнечному	65,34	100	145	14,1	7,90	4,40	0,4
Индейка с булгуром	54,79	200	377	15,6	20	34,9	2,90
Ежики "Аппетитные"	37,08	100/50	196	9,6	11,8	12,9	1,1
<b>Гарниры</b>							
Булгур с овощами, кукурузой	24,65	180	268	8,7	10,6	34,4	2,8
Пюре картофельное	21,18	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
<b>Напитки</b>							
Компот из яблок и изюма	8,20	200	78	0,3	0,1	18,9	1,6
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	10,21	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
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
<b>Хлеб</b>							
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

*[Signature]*

Калькулятор

*[Signature]*

Косолапова. В.Ф

Директор по  
производству  
Корнева

*[Signature]*

\* 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.