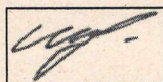


Меню Свободного выбора на 26,10,22

118  
 118  
 Мухомова  
 Согласовано  
 Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные закуски</b>							
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	19,58	100	63	0,8	5,1	3,3	0,3
Салат из свеклы с сыром	15,66	100	119	4,5	9,2	4,5	0,4
Салат из свежих огурцов	16,43	100	67	0,8	6	2,4	0,2
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	22,96	10/250	127	8,8	4,1	14,5	1,2
Суп-пюре из цветной капусты, брокколи, куриным филе и гренками	38,45	25/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Рыба запеченная	55,26	100	195	18,8	11,20	4,80	0,4
Биточки домашние	42,35	100	188	11,4	11,4	10,1	0,80
Филе куриное панированное	48,75	100	296	24,0	16,7	12,4	1,0
<b>Гарниры</b>							
Рис отварной	13,60	180	220	4,4	7,5	33,7	2,8
Макаронные изделия отварные	9,98	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
<b>Напитки</b>							
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	7,56	200	112	0,0	0,0	28,0	2,3
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	38,25	1 шт	77	0,7	0,6	17,6	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

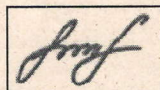
Инженер-технолог



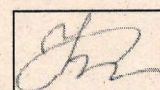
Калькулятор

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.