

Меню Свободного выбора на 27.04.23

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примечание количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат "Восторг"	37,52	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
Жареная рыба под маринадом	46,99	100	100	8,2	6,2	2,8	0,1
Салат "Смак"	18,47	100	109	0,9	10,1	3,4	0,3
Первые блюда							
Суп сырный с гречками, зеленью	22,87	250/15	173	6,1	6,3	22,8	1,9
Суп-пюре из цветной капусты, куриным филе и гречками	36,63	25/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
Вторые блюда							
Гуляш из говядины	64,45	100	138	9,6	9,60	3,50	0,3
Ежики аппетитные	36,97	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,0
Котлета куриная с сыром	43,82	90	152	11,9	8,1	7,9	0,6
Гарниры							
Пюре картофельное	21,18	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
Макаронные изделия отварные	9,69	180	212	6,5	5,7	33,5	2,7
Напитки							
Компот из смеси сухофруктов	5,98	200	86	0,6	0,0	21,0	1,7
Чай с лимоном	3,59	200/10	43	0,3	0,1	10,4	0,8
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
Фрукты							
Яблоко свежее	16,88	1 шт	67	0,6	0,6	14,7	1,2
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

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

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.