

Меню Свободного выбора на 14,02,24

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат по-русски	18,74	100	131	2,7	11,3	4,6	0,3
Салат овощной с фасолью и кукурузой	31,13	100	164	3,2	10,9	13,5	1,1
Салат из свежих помидоров с яйцом, зеленым горошком	21,01	100	113	2,9	9,6	3,7	0,3
Салат овощной с яблоками "Калейдоскоп"	13,65	100	128	1,3	10,2	7,8	0,7
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	24,75	10/250	78	4,0	3,9	6,9	0,5
Вторые блюда							
Жаркое с индейкой	70,02	200	224,0	14,40	10,90	17,00	1,40
Биточки "Школьные"	52,77	100	257	16,5	17,1	9,3	0,8
Филе куриное запечённое с ананасами	79,59	100	233	22,6	13,6	5,0	0,4
Гамбургер мясной	54,93	180	425	16,9	18,6	47,4	3,9
Гарниры							
Картофель запечённый в сметанном соусе	27,53	180	204	4,3	9,5	25,20	2,1
Каша гречневая рассыпчатая	12,72	180	296	10,2	8,8	44,10	3,7
Напитки							
Компот из яблок	4,69	200	58,0	0,20	0,20	13,90	1,20
Чай с сахаром	1,44	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	10,48	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
Мандарин	17,54	1шт	40,3	0,9	0,2	8,6	0,7
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова 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.