

Меню Свободного выбора на 21,02,24

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	16,78	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Салат из свеклы с фасолью	18,39	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат "Витаминный микс"	16,71	100	113	1,2	10,1	4,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Салат из овощей с мясом, зеленью	28,00	10/250	90	3,4	4,0	9,3	0,8
Суп-пюре из цветной капусты, куриным филе и гренками	43,95	25/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное панированное	60,92	100	296,0	24,00	16,70	12,40	1,10
Бефстроганов из куриного филе	50,63	100	169	14,0	10,6	4,3	0,3
Рулет мясной с яйцом	45,56	100	176	12,5	10,8	7,3	0,6
Биточки домашние	50,20	100	198	13,8	11,3	10,1	0,9
<i>Гарниры</i>							
Рожки отварные	10,13	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
Картофельное пюре	25,45	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
<i>Напитки</i>							
Компот из ягод	7,85	200	49,0	0,20	0,10	12,00	1,00
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
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	10,48	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
<i>Хлеб</i>							
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.