

Меню Свободного выбора на 05.12.23

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 "Овощная гирлянда"	12,71	100	129	1,3	10,2	8,1	0,7
Салат из свежих помидоров и огурцов	14,59	100	74	0,97	6,1	3,7	0,3
Салат из свеклы с сыром	15,11	100	119	4,5	9,2	4,5	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Борщ "Нижегородский" мясной со сметаной, зеленью	36,44	260	112	7,5	5,3	8,6	0,7
<i>Вторые блюда</i>							
Ёжики "Аппетитные"	37,67	100/50	202	11,3	11,8	12,9	1,1
Котлета из индейки	61,31	90	140	12,5	8,3	3,9	0,2
Сырники из творога со сгущенным молоком	71,42	200/30	602	34,5	24,8	60,4	5,0
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	17,97	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
Вермишель отварная	8,63	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
<i>Напитки</i>							
Напиток из облепихи	8,03	200	60	0,0	0,0	15,0	1,2
Чай с сахаром	1,45	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	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	8,00	1 шт	45	0,4	0,4	9,8	0,8
<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.