

Меню Свободного выбора на 06,05,24

Согласовано  
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Салат из свеклы с сыром	18,43	100	119	4,5	9,2	4,5	0,4
Салат зеленый с огурцами и помидорами	20,20	100	105	0,93	10,1	2,5	0,2
Салат "Восторг"	40,52	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
<b>Первые блюда</b>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	28,98	10/260	101	4,2	5,2	9,3	0,9
<b>Вторые блюда</b>							
Бифштекс домашний	48,38	90	217	8,1	13,4	15,9	1,3
Плов из говядины	60,90	200	300	11,6	11,7	37,1	3,0
Бефстроганов из индейки	58,69	100	179	11,0	12,5	5,5	0,5
<b>Гарниры</b>							
Капуста цветная запеченная под соусом	44,10	180	219	6,9	12,2	15,90	1,3
Пюре картофельное	25,58	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
<b>Напитки</b>							
Напиток из облепихи	7,93	200	60,0	0,00	0,00	15,00	1,20
Чай с сахаром, лимоном	2,76	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	0,90
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	14,92	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
Яблоко свежее	8,46	1 шт	47	0,4	0,4	10,3	0,8
<b>Хлеб</b>							
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.