

Меню Свободного выбора на 11.10.23

Согласовано
Директор школы

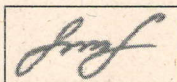
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	16,58	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Салат из свеклы с фасолью	17,64	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат витаминный микс	16,21	100	113	1,2	10,1	4,3	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем, куриным филе, зеленью	17,01	10/250	108	5,6	3,0	15,0	1,2
Суп-пюре из цветной капусты, брокколи, куриным филе и гречками	46,41	25/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
<i>Вторые блюда</i>							
Бефстроганов из куриного филе	55,59	100	171	15,4	10,50	3,80	0,3
Плов из говядины	66,32	200	322	14,0	13,7	35,6	3,0
Биточки домашние	45,83	100	198	13,8	11,3	10,1	0,9
<i>Гарниры</i>							
Капуста цветная запеченная под соусом	40,23	180	219	6,9	12,2	15,90	1,3
Картофельное пюре	17,98	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
<i>Напитки</i>							
Компот из кураги	6,69	200	86	1,0	0,0	13,2	1,1
Чай с сахаром	1,45	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,27	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	9,60	1шт	53	0,48	0,5	11,8	1,0
<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



* 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.