

Меню Свободного выбора на 24,04,24

Согласовано
Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	32,17	100	63	0,8	5,1	3,3	0,3
Салат овощной с яблоками "Калейдоскоп"	13,65	100	128	1,3	10,2	7,8	0,7
Салат "Столичный"	32,22	100	129	8,1	8,1	5,6	0,5
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	27,66	10/255	94	4,2	4,5	9,2	0,8
Вторые блюда							
Жаркое по-домашнему	64,64	200	226,0	10,10	12,00	19,30	1,60
Филе куриное панированное	60,91	100	296	24,0	16,7	12,4	1,1
Гамбургер куриный	57,35	180	401	18,9	14,7	48,2	4,0
Сырники из творога со сгущенным молоком	71,55	200/30	446	24,9	18,1	45,8	3,8
Постные блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	11,32	250	98,0	1,70	4,90	9,70	0,80
Зразы картофельные	17,57	100	208,0	2,90	13,20	13,80	1,10
Вермишель отварная с маслом растительным	4,54	150	199,0	5,70	5,60	29,50	2,40
Гарниры							
Вермишель отварная	10,25	180	236	7,2	6,3	37,20	3,1
Кавртофель отварной	25,72	180	138	3,5	5,7	18,40	1,5
Напитки							
Компот из апельсинов	6,17	200	69,0	0,20	0,10	17,00	1,40
Компот из яблок	4,69	200	58,0	0,20	0,20	13,90	1,10
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
Фрукты							
Яблоко свежее	8,46	1шт	47	0,4	0,4	10,3	0,8
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.