

Меню Свободного выбора на 28. 12.23

118

Согласовано
Директор школы

Жура

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат "Фруктовый бум"	29,19	100	61	1,1	0,8	12,4	1,1
Салат "Восторг"	34,76	100	198	4,4	13,2	15,5	1,2
Салат "Смак"	16,32	100	109	0,9	10,1	3,4	0,2
Первые блюда							
Суп сырный с гречками, зеленью	18,09	250/15	173	6,1	6,3	22,8	1,9
Суп-пюре с горохом, мясом и гречками	25,34	10/10/250	221	13,4	9,9	19,7	1,6
Вторые блюда							
Плов из филе индейки	67,45	200	309,0	12,70	12,80	36,00	3,00
Биточки "Школьные"	45,22	100	257	16,5	17,1	9,3	0,9
Куриные филе запеченное с ананасом	84,26	100	233	22,6	13,6	5,0	0,4
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	12,80	180	296	10,2	8,8	44,10	3,7
Овощи тушеные	25,42	180	150	3,9	7,4	16,80	1,4
Напитки							
Компот из кураги	6,69	200	86	1,0	0,0	13,2	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
Фрукты							
Яблоко свежее	10,40	1 шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
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.

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.

Косолапова В.Ф.

Директор по
производству
Корнева Е.И.

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.