

Меню учителя на 06 НОЯБРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы № 43

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	42,35	260	120	7,7	7,0	7,2	0,7
<i>Вторые блюда</i>							
Запеканка из творога со сгущенным молоком	73,32	150/20	369	31,7	12,6	32,2	3,2
Жаркое по-домашнему	71,42	200	226	10,1	12,0	19,3	1,9
Печень по -строгановски	42,47	100	179	13,7	10,5	7,5	0,7
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,1	0,1	0
Кофейный напиток быстрорастворимый	10,63	200	93	2,6	1,8	16,6	1,7
Сок фруктовый	18,60	200	41	0,2	1,0	10,1	1
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулято

Р
Малышева Г.А.

Смирнов

] 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.