

Меню учителя на 23 ОКТЯБРЯ 25 г

Согласовано
Директор школы № 43

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорий- ность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Сыр порционнo	13,81	15	53	3,5	4,4	0	0
Первые блюда							
Суп Минестроне	21,75	200	94	2,6	4,2	11,5	1,2
Вторые блюда							
Каша молочная рисовая с маслом	16,76	150/5	163	4,0	6,1	22,8	2,3
Блины "Домашние " со сгущённым молоком	56,77	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Фишболы в сырном соусе	71,81	100/50	173	15,6	8,1	9,3	0,9
Гарниры							
Рожки отварные	12,61	180	212	6,5	5,7	33,5	3,4
Огурцы свежие (доп.гарнир)	3,65	20	3	0,2	0,02	0,5	0,1
Напитки							
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
Компот из кураги	8,57	200	86	1,1	0,0	13,2	1,3
Хлеб							
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

Горюшкина Н.Н.

Калькулято

Р
Малышева Г.А.

Смайл

* 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.