

Меню учителя на 11.03.2024 г

Согласовано
Директор школы



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,10	7,30	0,10	0,00
<i>Первые блюда</i>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом тушеным, сметаной, зеленью	22,92	275	122,0	3,90	6,40	10,00	0,90
<i>Вторые блюда</i>							
Запеканка картофельная с мясом тушеным	68,35	200	282,0	13,50	15,70	21,70	1,80
Бифштекс домашний	48,38	90	217,0	8,10	13,40	15,90	1,30
Блинчики с маслом сливочным	28,97	150/10	385,0	11,80	16,90	47,60	4,00
Блинчики с молоком сгущенным	30,63	150/30	413,0	13,70	12,70	61,80	5,10
Блинчики с вареньем	29,55	150/30	399,0	11,80	10,40	65,90	5,50
Оладьи с маслом сливочным	23,51	150/10	438,0	11,40	18,40	57,90	4,80
Оладьи с молоком сгущенным	25,17	150/30	466,0	13,40	14,20	72,10	6,00
Оладьи с вареньем	24,09	150/30	452,0	11,50	11,90	76,30	6,40
Блинчики с яблочным фаршем	20,25	135	318,0	7,60	13,50	40,60	3,40
Блинчики	20,07	150	328,0	11,70	10,52	47,46	4,00
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246	8,5	7,3	36,6	3,0
Икра кабачковая	4,12	25	19	0,3	1,2	1,9	0,1
<i>Напитки</i>							
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
Чай с сахаром, лимоном	2,76	200/7	41,0	0,20	0,10	10,10	0,90
Напиток из облепихи	7,93	200	60,0	0,00	0,00	15,00	1,20
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,77	25	53	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Горячкина Н.Н.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.

Директор по производству

Корнева Е.И.

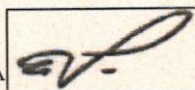
* Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.

МЕНЮ УЧИТЕЛЯ на 11 МАРТА 24 г

Согласовано
Директор школы №

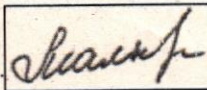
Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло сливочное	8,92	10	66,0	0,1	7,3	0,1	0
Сыр порционнo	18,18	23	81,0	5,3	6,7	0	0
Икра кабачковая	16,47	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Кукуруза консервированная	42,39	100	326,0	10,4	5,0	60,0	5,0
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом тушеным, сметаной, зеленью	22,92	275	122,0	3,9	6,4	10,0	0,8
Вторые блюда							
Запеканка картофельная с мясом тушеным	68,35	200	282,0	13,5	15,7	21,7	1,8
Бифштекс домашний	48,38	90	217,0	8,1	13,4	15,9	1,3
Каша молочная пшеничная с маслом	18,06	200/5	207,0	6,4	7,6	28,3	2,4
Блинчики	20,07	150	328,0	11,7	10,5	47,5	3,9
Блинчики с маслом	28,97	150/10	385,0	11,8	16,9	47,6	3,9
Блинчики с вареньем	29,55	150/30	399,0	11,8	10,4	65,9	5,5
Блинчики с яблочным фаршем	20,25	135	318,0	7,6	13,5	40,6	3,4
Блинчики с молоком сгущенным	30,63	150/30	413,0	13,7	12,7	61,8	5,2
Оладьи с вареньем	24,09	150/30	452,0	11,5	11,9	76,3	6,4
Оладьи с маслом	23,51	150/10	438,0	11,4	18,4	57,9	4,8
Оладьи с молоком сгущенным	25,17	150/30	466,0	13,4	14,2	72,1	6,0
Гарниры							
Каша гречневая рассыпчатая	10,71	150	246,0	8,5	7,3	36,6	3,1
Икра кабачковая (доп.гарнир)	4,12	25	19,0	0,3	1,2	1,9	0,1
Кукуруза консервированная (доп.гарнир)	8,48	20	65,0	2,0	1	12,0	1,0
Напитки							
Чай с сахаром	1,44	200	41,0	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Какао с молоком	16,50	200	128,0	3,9	3,1	21,1	1,8
Чай с лимоном	2,76	200/7	43,0	0,3	0,1	10,3	0,8
Напиток из облепихи	7,93	200	60,0	0,0	0,0	15,0	1,2
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	53,0	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

Столярова Е.А.

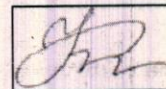


Калькулятор

Мальшева Г.А.



Директор по
производству



* -+R[-34]C:RC[12] 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.