

Меню учителя на 12.03.2024 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> | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью | 25,28 | 10/250 | 127,0 | 8,80 | 4,10 | 14,50 | 1,20 |
| <i>Вторые блюда</i> | | | | | | | |
| Котлета куриная | 50,55 | 100 | 229,0 | 20,20 | 9,00 | 16,80 | 1,40 |
| Гуляш из говядины | 58,83 | 100 | 134,0 | 6,40 | 9,50 | 2,60 | 0,20 |
| 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 яблоками | 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> | | | | | | | |
| Рожки отварные | 8,70 | 150 | 178 | 5,4 | 4,9 | 27,9 | 2,3 |
| Рис отварной | 13,62 | 150 | 185 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| <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 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 8,16 | 200 | 110,0 | 2,30 | 1,40 | 22,00 | 1,80 |
| Компот из кураги | 6,62 | 200 | 86,0 | 1,00 | 0,00 | 13,20 | 1,10 |
| <i>Хлеб</i> | | | | | | | |
| Хлеб полезный с микронутриентами | 1,77 | 25 | 53 | 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

Калькулятор

Горячкина Н.Н.

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.