

Меню учителя на 17 ФЕВРАЛЯ 26 г

Согласовано
Директор школы №34



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Масло шоколадное	19,8	15	98	0,2	9,3	3,3	0,3
Масло сливочное	10,43	10	66	0,1	7,3	0,1	0,01
Первые блюда							
Суп куриный с зеленью	22,36	250	96	2,3	3,0	11,7	1,2
Вторые блюда							
Жаркое по-домашнему	87,6	200	239	12,4	12,7	18,7	1,9
Котлета рубленая из куриного филе	55,37	100	229	20,2	9,0	16,8	1,6
Каша молочная "Дружба " с маслом	17,32	150/5	168	4,7	6,6	22,5	2,2
Блины домашние с маслом	55,41	168/10	469	10,2	31,9	35,4	3,5
Блины домашние с вареньем	55,5	168/30	479	10,1	24,7	34,2	3,4
Блины домашние со сгущённым молоком	55,73	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Оладьи-сэндвичи	88,31	180	594	9,9	18,9	94,5	9,4
Гарниры							
Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром	16,59	75	75	1,2	3,9	9	0,9
Рожки отварные	11,8	180	2123	6,5	5,7	33,5	3,4
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 апельсинов	9,74	200	69	0,2	0,1	17,0	1,7
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

Горячкина Н.Н.

Калькулято

р
Малышева Г.А.

] 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.