

# Меню

СРЕДА 25 марта

ШКОЛА № 130 осн.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД,г.	БЕЛКИ,г.	ЖИРЫ,г.	УГЛЕВОДЫ	Ккал.	ЦЕНА
<b>ОБЕД по 10,70 руб.</b>						
Каша пшённая вязкая	160	4,229	5,007	24,235	170	
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,989	32	
Хлеб Сельский	15	0,75	0,15	6,75	33	
<b>ОБЕД по 66 руб.</b>						
Запеканка картофельная с мясом	180	13,19	18,593	25,841	323	
Чай с сахаром	200/8	0.021	0,005	7,989	32	
Хлеб Сельский	30	1,5	0,3	13,5	77	
<b>СВОБОДНЫЙ ВЫБОР САЛАТЫ</b>						
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	
Салат из квашеной капусты	100	1,596	5,096	8,24	88	
Салат ШКОЛЬНЫЙ	100	1,42	8,095	6,563	105	
Блинчики со сгущённым молоком	45/10	3,195	2,542	19,5	144	
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,775	5,166	12,3	103	
Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16	
Фрикадельки мясные	10	2,269	1,905	0,377	28	
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,197	0,126	7,746	37	
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Биштекс по-ДОМАШНЕМУ с сыром	90/10	10,769	9,869	8,996	227	
Рыба запечённая с сыром	90/10	20,981	9,117	3,177	180	
Гуляш из филе индейки	50\50	10,002	8,051	2.081	121	
Птица отварная	100	26,697	24,45	0,97	282	
Пельмени отварные с маслом слив.	180/5	15,449	19,298	45,885	335	
Запеканка картофельная с мясом	200	13,19	18,593	25,841	358	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Каша гречневая вязкая	180	7,946	6,479	31,05	171	
Картофель запечённый	180	4,601	6,521	48,017	242	
Макаронны отварные	180	6,722	6,079	43,083	254	
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай пакетир.с сахаром,лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34	
Компот из компотной смеси	200	0,135	0.023	11,15	46	
Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	46	

93-00

ДИРЕКТОР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

