



# МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 13 Декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b><u>Первые блюда</u></b>					
Суп картофельный с горохом	250	5.94	4.65	20.22	149.03
<b><u>Вторые блюда</u></b>					
Биточки "Дружба" с соусом красным основным	090/50	12.77	14.06	13.78	233.15
Фрикадельки домашние	100	14.67	17.54	9.9	257.08
Филе куриное с тушёными овощами (и зеленью)	060/5/5/1	16.36	23.21	2.92	283.18
<b><u>Гарниры</u></b>					
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	175/3	5.38	8.86	26.37	209.51
Макаронные изделия отварные с овощами	165	7.83	3.4	51.85	270.86
<b><u>Мучные изделия</u></b>					
Беккен с капустой, яйцом	070	4.86	8.38	20.09	176.8
Шафран с яблоками (с сах. пудрой)	075/2	3.79	7.72	34.73	224.2
<b><u>Напитки</u></b>					
Напиток апельсиновый	185	0.17	0.04	15.35	59.99
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
<b><u>Хлеб</u></b>					
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72.6

**ИТОГО по меню:**

**81-85**

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Соб