

**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**

для учащихся старших классов

на 14 Декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b><u>Первые блюда</u></b>					
Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.97	5.77	13.39	113.67
<b><u>Вторые блюда</u></b>					
Котлеты "Крепыш", доп-но: капуста квашеная с маслом	080/20	14.36	15.66	12.69	249.6
Сосиски отварные ("халяль")	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Гуляш из говядины	035/35	10.87	9.68	2.51	140.68
<b><u>Гарниры</u></b>					
Картофель отварной	160	3.33	5.28	26.96	173.98
Рис с овощами	150	4	12.44	33.34	264.07
<b><u>Мучные изделия</u></b>					
Кекс майский	060	4.15	6.31	33.66	208.04
Пирожки печеные с капустой яйцом	075	5.86	8.42	26.95	209.1
<b><u>Напитки</u></b>					
Кофейный напиток	185	0.74	0.37	14.22	57.03
Чай пакетированный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
<b><u>Хлеб</u></b>					
Батон	022	1.73	1.01	12.69	67.81

**ИТОГО по меню:****81-85**

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

С.В.