

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 21 Декабря 2021г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.97	5.77	13.39	113.67
<u>Вторые блюда</u>					
Фрикадельки из цыплят	095	14.92	22.71	8.15	294.69
Шницель рубленый запечённый с овощами	100/1	10.71	21.69	15.63	302.27
Филе куриное запечённое	060/0,5	15.23	18.47	0.67	227.25
<u>Гарниры</u>					
Рис с овощами (и зеленью)	155/0,5	4.13	12.85	34.45	272.87
Пюре картофельное	165	3.54	6.12	24.2	170.41
<u>Мучные изделия</u>					
Расстегаи с рыбными консервами и капустой	060	6.93	3.99	25.16	166.41
Расстегаи с яблоками	105	5.52	3.15	52.45	262.22
<u>Напитки</u>					
Напиток из сока	180	0.22	0	19.19	75.91
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Батон	027	2.12	1.23	15.57	83.22

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____