

**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**для учащихся **старших классов**

на 24 ноября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Первые блюда</b>					
Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.31	6	17.39	136.1
<b>Вторые блюда</b>					
Биточки "Дружба"	100	15.85	17.32	16.38	285.27
Цыплята запеч. (четвертинки)	105	27.3	31.63	1.23	398.61
Гуляш из говядины с зеленью (доп-но: огурцы солёные)	35/35/0,5/1 0	10.9	9.68	2.55	140.96
<b>Гарниры</b>					
Каша гречневая вязкая	195	5.98	7.19	29.36	209.14
Макаронные изделия отварные с овощами	160	5.51	7.13	36.24	234.45
<b>Мучные изделия</b>					
Булочка "Маковка"	055	4.39	8.38	31.98	222.36
Пирожки печеные с картофелем	075	4.35	5.81	28.95	188.16
<b>Напитки</b>					
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	64.85
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/6	0.26	0.06	15.22	59.16
<b>Хлеб</b>					
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	43.8
Батон	017	1.34	0.78	9.81	52.4

**ИТОГО по меню:****81-85**

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_