

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 05 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный с горохом	250	5.94	4.65	20.22	149.03
Вторые блюда					
Рыба запечённая	065	12.74	4.4	2.69	101.31
Фрикадельки домашние (с соусом красным основным)	080/40	11.74	14.03	7.92	205.67
Филе куриное припущенное	060	16.9	17	1.19	222.37
Гарниры					
Рис отварной	150	3.81	6.11	38.61	228.69
Макаронные изделия отварные (с кукурузой консерви)	180/8	6.38	5.87	42.58	252.76
Мучные изделия					
Пермяч печёный с мясом	065	6.63	4.88	18.46	145.97
Рогалик с творогом (с сахарной пудрой)	070/2	12.38	12.35	45.2	343.42
Напитки					
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
Хлеб					
Батон	030	2.36	1.37	17.3	92.47

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

СОП