

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 06 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.82	2.89	20.82	123.74
<u>Вторые блюда (мясо с гарниром)</u>					
Картофель тушеный с мясом	200	15.84	17.03	21.14	305.21
<u>Вторые блюда</u>					
Рыба /филе Сайды/ тушеная в томате с овощами	075/25	11.36	5.38	9.08	130.59
Филе куриное запеченое с помидорами, сыром, сметаной	080	21.59	29.5	5.09	372.03
<u>Гарниры</u>					
Макаронные изделия отварные (с зел.горош консерв.)	150/9	5.31	4.89	35.48	210.63
Каша гречневая вязкая	175	5.37	6.45	26.35	187.69
<u>Мучные изделия</u>					
Сдоба выборгская (с сахарной пудрой)	060/1	4.23	2.92	37.22	195.76
Пирожки печеные с капустой и луком	075	5.86	8.42	26.95	209.1
<u>Напитки</u>					
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	84.7
<u>ИТОГО по меню:</u>	87-32				

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____