

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 09 Ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	2.41	2.95	16.95	106.79
<u>Вторые блюда (мясо с гарниром)</u>					
Плов из филе цыплят	220	20.6	26.57	53.55	538.41
<u>Вторые блюда</u>					
Наггетсы куриные (с соусом сметанным)	048/3 шт./50	8.33	10.65	8.86	159.72
Филе куриное, тушёное с овощами	065	14.71	20.66	2.88	253.78
<u>Гарниры</u>					
Макаронные изделия отварные	190	6.73	6.19	44.95	266.8
Каша гречневая вязкая	150	4.6	5.53	22.58	160.87
<u>Десерты фруктовые</u>					
Десерт фруктовый (яблоко)	120	0.48	0.48	11.76	56.4
<u>Напитки</u>					
Кофейный напиток с молоком (с булочкой с кунжутом)	190/40	4.29	3.9	48.03	238.12
Чай пакетированный с сахаром и пряником ("Зареченский")	200/1шт/4 0	2.4	2.05	46.21	208.85
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	034	2.69	0.27	17.27	82.28

ИТОГО по меню:87-32

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____