

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 10 Октября 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
Суп крестьянский (крупа пшеница) со сметаной (с зеленью)	250/2	2.08	5.28	10.68	99.84
Вторые блюда					
Фрикадельки домашние (с зеленью)	090/0,5	13.22	15.79	8.93	231.54
Сосиски отварные	106/2 шт.	11.66	25.33	1.7	281.96
Филе цыплят запечённое (с зеленью)	065/1	16.53	20.02	0.77	246.5
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	150	4.6	5.53	22.58	160.87
Макаронные изделия отварные	190	6.73	6.19	44.95	266.8
Мучные изделия					
Рогалик с вареным сгущенным молоком (без сахарной пудры)	075	7.27	9.5	47.89	310.61
Беккен с капустой, яйцом	085	5.9	10.18	24.4	214.69
Напитки					
Чай с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	61.65
Хлеб					
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	84.7

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____