

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**для учащихся старших классов****на 11 Апреля 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный с горохом	250	5.94	4.65	20.22	149.03
<u>Вторые блюда</u>					
Рыба /филе Сайды/ тушённая в томате с овощами (с зеленью)	110/0,8	11.36	5.38	9.08	130.59
Тефтели из говядины (1 вариант)	090	12.56	15.5	13.44	244.66
Филе куриное припущенное (с зеленью)	060/1	16.9	17	1.19	222.37
<u>Гарниры</u>					
Каша гречневая вязкая	150	4.6	5.53	22.58	160.87
Макаронные изделия отварные	190	6.73	6.19	44.95	266.8
<u>Мучные изделия</u>					
Перемяч печёный с мясом птицы	075	7.74	7.6	21.46	186.25
Рогалик с вареным сгущенным молоком	090	8.72	11.4	57.46	372.73
<u>Напитки</u>					
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77.44

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

