

**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**

для учащихся старших классов

на 12 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b><u>Первые блюда</u></b>					
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200	1.61	4.64	7.63	79.69
<b><u>Вторые блюда</u></b>					
Биточки рыбные (запечен. с сыром, с доп. гарниром (огурцы св.))	090/30	10.63	7.43	13.66	165.01
Бифштекс рубленый из цыплят	065	11.83	24.32	0.98	270.91
Цыплята запеченные (голень) (с зеленью)	110/2	32.4	36.98	1.44	467.96
<b><u>Гарниры</u></b>					
Пюре картофельное	150	3.22	5.56	22	154.92
Рис с овощами	155	4.13	12.85	34.45	272.87
<b><u>Мучные изделия</u></b>					
Рулет с маком (с сахарной пудрой)	050/1	3.89	7.81	27.64	197.24
Пирожки печеные с капустой яйцом	060	4.69	6.74	21.56	167.28
<b><u>Напитки</u></b>					
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
<b><u>Хлеб</u></b>					
Батон	034	2.67	1.55	19.61	104.8
<b><u>ИТОГО по меню:</u></b>	<b><u>87-32</u></b>				

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_