

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 15 Февраля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	2.01	5.8	9.54	99.62
<u>Вторые блюда</u>					
Рыба, тушённая в томате с овощами ((филе сайды), с зеленью)	080/20/0,5	16.42	3.09	4.24	110.32
Кнели из говядины (соус красный основной)	090/30	15.13	12.25	5.91	195.02
Филе цыплят запечённое	070	17.77	21.55	0.79	265.07
<u>Гарниры</u>					
Пюре картофельное	160	3.44	5.94	23.47	165.25
Рис с овощами	180	4.8	14.93	40.01	316.88
<u>Мучные изделия</u>					
Рулет с маком (с сахарной пудрой)	045/1	3.5	7.03	24.87	177.52
Булочка Домашняя	060	4.45	8.23	36.52	239.17
<u>Напитки</u>					
Напиток лимонный	170	0.11	0.01	13.08	52.25
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Батон	036	2.83	1.64	20.77	110.97

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____