

**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**

для учащихся старших классов

на 18 Октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Первые блюда</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	2.01	5.8	9.54	99.62
<b>Вторые блюда</b>					
Биточки рыбные	090	11.96	8.36	15.36	185.62
Гуляш из филе индейки	40/40/35/0, 4	11.64	3.66	3.55	93.72
Печень, тушенная с луком (куриная)	75/30	19.92	13.22	5.68	221.61
<b>Гарниры</b>					
Пюре картофельное	150	3.22	5.56	22	154.92
Рис с овощами	160	4.26	13.27	35.56	281.67
<b>Мучные изделия</b>					
Сосиска в тесте	027/50	7.04	8.66	29.56	226.74
Ватрушка с творогом	075	13.83	13.87	35.98	327.44
<b>Напитки</b>					
Чай пакетированный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
<b>Хлеб</b>					
Хлеб белый	046	3.63	0.37	23.37	111.32

**ИТОГО по меню:****87-32**

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_