

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 19 Декабря 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 |
| Вторые блюда | | | | | |
| Фрикадельки домашние | 100 | 14.67 | 17.54 | 9.9 | 257.1 |
| Сосиски отварные (2 шт) (с зеленью) | 106/2 | 11.66 | 25.33 | 1.7 | 281.97 |
| Филе цыплят запечённое (с зеленью) | 070/3 | 17.85 | 21.57 | 0.91 | 266.06 |
| 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 | | | | | |
| Рулет с маком | 050 | 3.89 | 7.81 | 27.64 | 197.25 |
| Напитки | | | | | |
| Чай с сахаром с лимоном (200/5) | 205 | 0.26 | 0.06 | 15.07 | 58.59 |
| Кофейный напиток | 200 | 0.8 | 0.4 | 15.37 | 61.65 |
| Хлеб | | | | | |
| Хлеб белый | 025 | 1.97 | 0.2 | 12.7 | 60.5 |

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____