

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 20 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп крестьянский (крупа тшениная) со сметаной	250	2.03	5.27	10.6	99.22
Вторые блюда (мясо с гарниром)					
Жаркое "Рябушка"	240	16.38	22.88	24.34	370.59
Вторые блюда					
Филе цыплят запечённое (с доп. гарниром (кукуруза консерв.))	065/5	16.5	20.01	0.73	246.19
Биточки "Дружба"	100	15.85	17.32	16.38	285.27
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	150	4.6	5.53	22.58	160.87
Макаронные изделия отварные	190	6.75	6.2	45.08	267.44
Мучные изделия					
Булочка "Творожная"	040	4.91	3.71	21.15	138.95
Пирожки печёные с повидлом (с сахарной пудрой)	075/0,5	4.42	1.8	46.52	219.15
Напитки					
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	61.65
Хлеб					
Хлеб белый	045	3.55	0.36	22.86	108.9

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____