

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 24 Февраля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	2.01	5.8	9.54	99.62
Вторые блюда					
Сосиски отварные	106/2 шт.	11.66	25.33	1.7	281.96
Наггетсы куриные (с доп. гарниром (сыр порц.))	048/3 шт/15	7.44	6.98	4.7	111.22
Филе куриное, тушёное с овощами (с зеленью)	080/2	15.56	21.52	2.91	264.87
Гарниры					
Пюре картофельное	160	3.44	5.94	23.47	165.25
Рис с овощами	180	4.8	14.93	40.01	316.88
Мучные изделия					
Рулет с маком (с сахарной пудрой)	045/1,5	3.5	7.03	24.87	177.52
Булочка Домашняя	060	4.45	8.23	36.52	239.17
Напитки					
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
Хлеб					
Хлеб целебный ржаной	044	3.12	0.53	22.44	96.36
ИТОГО по меню:	87-32				

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____