



МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 28 Ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный с горохом	250	5.94	4.65	20.22	149.03
<u>Вторые блюда</u>					
Фрикадельки домашние (с зеленью)	090/0,5	13.22	15.79	8.93	231.54
Котлеты "Любительские" (с салатом из кваш. капусты)	100/100	17.66	20.29	18.59	331.18
Цыплята запеч. (четвертинки)	100	26	30.13	1.17	379.62
<u>Гарниры</u>					
Каша гречневая вязкая	150	4.6	5.53	22.58	160.87
Макаронные изделия отварные	190	6.73	6.19	44.95	266.8
<u>Мучные изделия</u>					
Рогалик с вареным сгущенным молоком (без сахарной пудры)	075	7.27	9.5	47.89	310.61
Беккен с капустой, яйцом	085	5.9	10.18	24.4	214.69
<u>Напитки</u>					
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
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	034	2.69	0.27	17.27	82.28

ИТОГО по меню:

87-32

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Кур