

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 07 Апреля 2021

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный с лапшой по-домашнему	250	3.07	3.18	20.31	125.19
Суп крестьянский (крупа пшенная) (с зеленью укропа)	270/2	2.06	4.07	11.28	91.28
Вторые блюда					
Колбаса отварная (таврия)	095	11.4	14.25	0	225.15
Говядина тушёная "Школьное" (доп-но: огурец соленый)	40/40/10	12.5	14.26	2.88	189.66
Биточки рыбные, сыр голландский	100/17	23.67	26.37	24.35	437.29
Гарниры					
Пюре картофельное	170	3.65	6.31	24.94	175.58
Макаронные изделия отварные с овощами (доп-но: горошек зеленый консерв. отварной)	180/8	6.2	8.03	40.78	263.75
Мучные изделия					
Пирожки печёные с зеленым луком и яйцом	065	3.9	5.31	22.26	154.13
Рогалик с изюмом (с сахарной пудрой)	070/1	4.87	5.08	45.61	247.29
Напитки					
Напиток из сока (любимый)	175	0.22	0	18.65	73.81
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Батон	042	3.3	1.92	24.23	129.46

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____