

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 11 Января 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный с горохом	250	5.71	4.48	19.45	143.3
<u>Вторые блюда</u>					
Котлеты "Крепыш"	100	17.5	19.55	15.32	307.25
Бефстроганов из говядины	040/40	32.32	45.67	11.12	585.32
Рыба запечённая (сайда)	085	16.66	5.76	3.51	132.48
<u>Гарниры</u>					
Каша гречневая вязкая	155	5.35	6.43	26.25	187.01
Макаронные изделия отварные	180	6.38	5.87	42.58	252.76
<u>Мучные изделия</u>					
Мучное изделие (Хачапури с сыром школьное)	090	9.37	10.62	33.82	273.51
Сметанник	095	7.1	14.98	31.8	290.05
<u>Напитки</u>					
Компот из сухофруктов (изюм)	175	0.31	0	24.65	95.59
Чай пакетированный с сахаром с лимоном ("Нури")	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Батон	030	2.39	0.83	17.05	86.62
Хлеб целебный	030	2.13	0.36	15.3	65.7

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____