



# МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 12 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Первые блюда</b>					
Суп картофельный с горохом	250	5.71	4.48	19.45	143.3
Суп крестьянский (крупа пшенная) со сметаной	275	2.23	5.8	11.66	109.14
<b>Вторые блюда</b>					
Гуляш из говядины с зеленью	40/40/1	12.45	11.06	2.91	161.09
Рыба (филе Сайды) запечённая помидорами, сыром, сметаной (дополнительно: свежий огурец)	080/10	16.19	14.97	1.63	210.36
Шницель рубленый из говядины, сыр голландский	100/10	18.26	16.69	18.1	299.41
<b>Гарниры</b>					
Каша гречневая вязкая	170	5.21	6.27	25.6	182.32
Макаронные изделия отварные	195	6.91	6.36	46.13	273.82
<b>Мучные изделия</b>					
Хачапури с сыром (школьное)	085	9.47	10.6	32.84	269.43
Сметанник (с сахарной пудрой)	085/1,5	6.35	13.41	28.45	259.52
<b>Напитки</b>					
Напиток из сока	175	0.22	0	18.65	73.81
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
<b>Хлеб</b>					
Батон	015	1.18	0.69	8.65	46.24
Хлеб целебный	020	1.42	0.24	10.2	43.8

**ИТОГО по меню:**

**81-85**

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_