

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 14 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный с лапшой по-домашнему	250	3.07	3.18	20.31	125.19
Суп крестьянский (крупа пшеница) со сметаной и зеленью укропа	270/2	0.58	0.03	1.52	8.75
<u>Вторые блюда (мясо с гарниром)</u>					
Азу	50/190	17.87	18.21	19.19	315.33
<u>Вторые блюда</u>					
Говядина тушёная "Школьное"	40/40	12.36	14.24	2.5	187.46
Кнели из цыплят (с зеленью укропа, дополнительно: огурец соленый)	100/1/10	14.88	21.82	8.09	286.06
<u>Гарниры</u>					
Пюре картофельное	170	3.65	6.31	24.94	175.58
Макаронные изделия отварные с овощами (дополнительно: горошек зеленый консервированный отварной)	195/5	6.87	8.71	44.5	287.73
<u>Мучные изделия</u>					
Пермяч печёный с мясом птицы	060	6.19	6.08	17.17	149
Рогалик с курагой	085	6.22	6.21	52.11	290.49
<u>Напитки</u>					
Напиток апельсиновый	225	0.2	0.04	18.66	72.96
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.4
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	43.8

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____