

**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**

для учащихся старших классов

на 15 Декабря 2020 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	2.01	5.8	9.54	99.62
<u>Вторые блюда</u>					
Котлеты по-хлыновски	080	13.64	13.43	7.63	207.4
Печень говяжья по-строгановски	070/40	19.82	17.64	4.16	255.38
Сосиски отварные (доп. гарнир: икра свекольная)	100/2 шт./45	14.74	32.03	2.14	356.44
<u>Гарниры</u>					
Пюре картофельное	150	3.22	5.56	22	154.92
Рис отварной	160	4.07	6.52	41.18	243.94
<u>Мучные изделия</u>					
Беккен с капустой, яйцом	090	6.25	10.77	25.83	227.32
Рогалик с творогом (с сах. пудрой)	075/1	13.26	13.24	48.43	367.96
<u>Напитки</u>					
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	64.85
Чай пакетированный с сахаром с лимоном ("Нури")	200/6	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Батон	025	1.99	0.7	14.21	72.18
Хлеб целебный	027	1.58	0.25	11.99	59.13

ИТОГО по меню:**78-70**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____