

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 15 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп картофельный с горохом	250	5.94	4.65	20.22	149.03
Суп крестьянский (крупя пшеничная) со сметаной	250	2.03	5.27	10.6	99.22
<u>Вторые блюда</u>					
Мясо отварное (с зеленью укропа)	045/1,0	14.27	10.07	3.66	162.37
Филе куриное "Неженка"	085	17.3	25.19	3.32	307
Котлеты "Геркулес"	085	12.61	11.82	11.03	202.35
<u>Гарниры</u>					
Каша гречневая вязкая	170	5.21	6.27	25.6	182.32
Макаронные изделия отварные	195	6.91	6.36	46.13	273.82
<u>Мучные изделия</u>					
Хачапури с сыром (школьное)	085	9.47	10.6	32.84	269.42
Сметанник	090	6.72	14.2	30.12	274.79
<u>Напитки</u>					
Напиток из сока	190	0.24	0	20.25	80.13
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Батон	020	1.57	0.91	11.54	61.65
Хлеб целебный	020	1.42	0.24	10.2	43.8

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____