ООО "Школьное питание"

Утверждаю
Директор МБОУ "Гимназия №10 ЗМР РТ"
_____ Будько С.В.

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 17 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный с макаронными изделиями	*250*	2.82	2.89	20.82	123.74
Суп крестьянский (крупа пшенная) (с зеленью укропа)	*265/0,5*	2.02	4	11.07	89.59
Вторые блюда					
Биточки "Дружба" (дополнительно: капуста квашеная с маслом)	*100/30*	16.39	17.35	17.04	290.97
Говядина тушёная "Школьное" (дополнительно: огурец свежий)	*40/40/20*	12.5	14.26	2.88	189.66
Биточки рыбные с соусом красным (дополнительно: сыр голландский)	*100/50/15*	13.73	10.32	20.44	230.91
Гарниры					
Пюре картофельное	*170*	3.65	6.31	24.94	175.58
Макаронные изделия отварные с овощами (дополнительно: огурец соленый)	*195/10*	6.72	8.7	44.17	285.73
Мучные изделия					
Перемяч печёный с мясом птицы	*065*	6.71	6.58	18.6	161.41
Рогалик с курагой	*085*	6.22	6.21	52.11	290.49
Напитки					
Компот из сухофруктов (изюм)	*170*	0.39	0	22.55	89.46
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	*200/6*	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Хлеб белый	*028*	2.21	0.22	14.22	67.76

ИТОГО по меню: **81-85**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____