

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 23 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный "гречишное зернышко", фрикадельками из цыплят	250/10	5.63	4.8	17.1	136.99
Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/ с зеленью	250/2	2.36	6.01	17.47	136.72
Вторые блюда (мясо с гарниром)					
Плов из филе индейки	255	21.29	27.06	51.58	537.39
Вторые блюда					
Шницель рубленый из говядины (с зеленью укропа, дополнительно: помидора свежая)	075/1/20	12.09	10.56	14.15	201.9
Цыплята запеч. (четвертинки)	100	26	30.13	1.17	379.62
Гарниры					
Пюре картофельное	160	3.44	5.94	23.47	165.25
Рис с овощами	175	4.66	14.51	38.89	308.08
Мучные изделия					
Пирожки печеные с картофелем	070	4.06	5.42	27.02	175.62
Булочка Домашняя	065	4.82	8.91	39.57	259.09
Напитки					
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	175	0	0	29.69	112.75
Чай пакетированный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
Хлеб					
Батон	026	2.05	1.19	15	80.14

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____