

ООО "СОП"

Утверждаю  
Директор МБОУ "СОШ №15 с углубленным  
изучением отдельных предметов ЗМР РТ" имени  
Героя Советского Союза Н.Н.Алтынова  
Ярулина Г.М.

# МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 03 Октября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<b>Первые блюда</b>						
Суп картофельный "Рисовое зернышко"	200	7-90	1.62	2.2	15.77	82.4
<b>Вторые блюда (мясо с гарниром)</b>						
Пельмени отварные (с зеленью)	190/1,5	71-80	19	8.7	37.6	309.7
<b>Вторые блюда</b>						
Котлеты "Любительские" (с горошком зеленым консервированным припущенным, с доп. гарниром сыр твердый порционно)	080/10/10	56-70	12.13	10.48	10.64	198
Бифитекс рубленый (с зеленью)	053/1	56-70	11.67	11.3	0	149
<b>Гарниры</b>						
Пюре картофельное	150	15-10	3.09	5.45	18.26	146
Рис отварной	150	15-10	3.66	6.05	33.98	212
<b>Мучные изделия</b>						
Пирожки печеные с капустой и луком	080	8-10	3.95	4.82	30.78	181.33
Сдоба выборгская	090	8-10	6.03	4.1	51.35	271.8
<b>Напитки</b>						
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
<b>Хлеб</b>						
Батон	034	2-00	2.45	0.83	16.36	85

**ИТОГО:** 92-80

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_