

ООО "СОП"

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

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 22 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда						
Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	14-40	1.84	5.48	10.52	109
Вторые блюда (мясо с гарниром)						
Картофель тушеный с фаршем из мяса говядины (с зеленью)	220/2,5	59-20	13.62	14.91	20.24	270
Вторые блюда						
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Сосиски отварные, 1 шт. (с соусом красным основным)	080/30	44-30	8.8	19.12	1.28	213
Гарниры						
Рис отварной	150	14-90	3.66	6.05	33.98	212
Макаронные изделия отварные с овощами	170	14-90	5.73	7.41	34.71	221
Мучные изделия						
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	14-80	6.91	8.93	44.04	289
Булочка "Творожная"	060	14-80	7	5.22	29.18	194.4
Напитки						
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб						
Батон	023	1-40	1.66	0.56	11.07	57.5

ИТОГО: 92-80

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____