

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 28 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда						
Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	200	12-70	1.7	4.55	16.14	104.8
Вторые блюда (мясо с гарниром)						
Бэжики из говядины	100	61-60	13.91	18.2	8.92	256
Вторые блюда						
Гуляши из филе птицы (с горошком зеленым консервированным припущенным)	090/10	46-60	11.57	14.62	3.39	190
Котлеты "Любительские" (с соусом красным основным)	080/20	46-60	12.13	10.48	10.64	198
Гарниры						
Пюре картофельное	150	15-00	3.09	5.45	18.26	146
Макаронные изделия отварные с овощами	170	15-00	5.73	7.43	34.73	222.13
Мучные изделия						
Расстегаи с рыбными консервами и капустой	090	12-20	9.7	5.81	34.67	234
Булочка "Творожная"	050	12-20	5.83	4.35	24.32	162
Напитки						
Кофейный напиток	200	4-30	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб						
Хлеб белый	025	2-00	1.97	0.2	12.7	60

ИТОГО: 92-80

Зав. производством: 

Калькулятор: 