

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 29 Ноября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный с горохом	250	5.94	4.65	20.22	149.03
Вторые блюда					
Биточки "Дружба" (доп-но: горошек зеленый консерв. отварной)	090/8	14.26	15.59	14.75	256.75
Фрикадельки домашние	100	14.67	17.54	9.9	257.08
Филе куриное с тушёными овощами (и зеленью)	060/5/5/1	16.36	23.21	2.92	283.18
Гарниры					
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	175/3	5.38	8.86	26.37	209.51
Макаронные изделия отварные с овощами	165	7.83	3.4	51.85	270.86
Мучные изделия					
Беккен с капустой, яйцом	070	4.86	8.38	20.09	176.8
Шафран с яблоками	080	4.05	8.24	37.05	239.15
Напитки					
Напиток из сока	170	0.21	0	18.12	71.7
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Батон	036	2.83	1.64	20.77	110.97

ИТОГО по меню:

81-85

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____