

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 14 Декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	2.03	5.27	10.6	99.22
<u>Вторые блюда</u>					
Биточки "Дружба" (с доп. гарниром из овощей огурец свежий порционно, с зеленью)	080/30/2	12.94	13.9	13.76	232.14
Гуляш из филе индейки (50/50) (с доп. гарниром из овощей огурец соленый порционно, с зеленью)	100/10/1	17.43	5.09	3.66	134.19
Печень , тушенная с луком	100/25	2.66	1.76	0.76	29.55
<u>Гарниры</u>					
Макаронные изделия отварные	190	6.73	6.19	44.95	266.8
Каша гречневая вязкая	150	4.6	5.53	22.58	160.87
<u>Мучные изделия</u>					
Перемяч печёный с мясом птицы	085	8.77	8.61	24.32	211.08
Хачапури с сыром школьное (зеленью)	070/1	7.41	8.28	26.39	213.79
<u>Напитки</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	042	3.32	0.34	21.34	101.64

ИТОГО по меню:

87-32

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____