

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 25 Октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.97	5.77	13.39	113.67
<u>Вторые блюда</u>					
Фрикадельки из цыплят с соусом красным	100/30	15.97	24.53	10.6	325.01
Цыплята запеч. (четвертинки)	110	28.6	33.14	1.29	417.59
Гуляш из говядины	35/35	10.87	9.68	2.51	140.68
<u>Гарниры</u>					
Рис отварной	180	4.58	7.33	46.33	274.43
Макаронные изделия отварные с овощами	175	6.03	7.8	39.64	256.43
<u>Мучные изделия</u>					
Расстегаи с рыбными консервами и капустой	100	11.55	6.65	41.93	277.35
Ватрушка с повидлом	080	5.06	2.69	52.84	254.48
<u>Напитки</u>					
Чай пакетированный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	56.85
<u>Хлеб</u>					
Хлеб белый	041	3.24	0.33	20.83	99.22
ИТОГО по меню:		87-32			

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

Соб.