

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**для учащихся старших классов****на 28 Февраля 2022 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					
Рыба (филе Сайды) запечённая с сыром , сметаной	075	14.91	13.99	0.8	192.55
Тефтели из говядины (2 вариант)	100	13.7	20.59	13.47	295.24
Филе куриное припущенное	060	16.9	17	1.19	222.37
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	160	4.91	5.9	24.09	171.6
Макаронные изделия отварные	200	7.09	6.52	47.31	280.85
Мучные изделия					
Пермяч печёный с мясом	075	7.65	5.63	21.3	168.44
Рогалик с творогом	085	15.03	15	54.89	417.01
Напитки					
Кофейный напиток	210	0.84	0.42	16.14	64.73
Чай пакетированный с сахаром с лимоном ("Нури")	200/4	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Хлеб целебный ржаной	021	1.49	0.25	10.71	45.99
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72.6

ИТОГО по меню:**87-32**

Зав.производством:

Калькулятор: