

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 01 Марта 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
Суп крестьянский (крупа пшенная) со сметаной	250	2.03	5.27	10.6	99.22
Вторые блюда					
Биточки "Дружба"	100	15.85	17.32	16.38	285.27
Гуляш из говядины	080	12.43	11.06	2.87	160.78
Филе куриное запечённое с сыром сметаной (и зеленью укропа)	70/1	16.66	20.89	0.73	255.53
Гарниры					
Каша гречневая рассыпчатая	160	9.34	7.06	45.95	289.52
Спагетти отварные с овощами	180	6.2	8.03	40.78	263.75
Мучные изделия					
Ватрушка с творогом (с сахарной пудрой)	080/1	14.76	14.79	38.37	349.27
Хачапури с сыром (школьное)	070	7.8	8.73	27.04	221.88
Напитки					
Компот из сухофруктов (изюма)	175	0.4	0	23.21	92.09
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Батон	015	1.18	0.69	8.65	46.24
Хлеб целебный	020	1.42	0.24	10.2	43.8

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством:

Калькулятор: