

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
 на 12 Марта 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп куллама по-деревенски с фрикадельками из филе цыплят и зеленью укропа	260/10/2	5.3	4.43	17.58	133.63
Рассольник ленинградский со сметаной /крупя рисовая/	250	2.31	6	17.39	136.1
Вторые блюда					
Биточки "Дружба"	100	15.85	17.32	16.38	285.27
Колбаса отварная (с соусом красным)	090/20	10.95	13.87	1.23	222.1
Поджарка из говядины с зеленью	040/12/2,5	12.33	13.44	2.01	178.12
Гарниры					
Пюре картофельное (с зеленью укропа)	170/0,5	3.65	6.31	24.94	175.58
Рис с овощами	160	4.26	13.27	35.56	281.67
Мучные изделия					
Рогалик с курагой (сахарной пудрой)	065/1	4.75	4.75	39.85	222.14
Беккен с капустой, яйцом	060	4.17	7.18	17.22	151.55
Напитки					
Напиток из сока (любимый)	185	0.23	0	19.72	78.02
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Батон	027	2.12	1.23	15.57	83.22

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____