

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 13 Января 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.82	2.89	20.82	123.74
Вторые блюда					
Колбаса отварная (доп. гарнир: кукуруза конс. припущенная)	090/7	10.8	13.5	0	213.3
Гуляш из говядины	40/40	12.43	11.06	2.87	160.78
Котлеты по-хлыновски	080	13.64	13.43	7.63	207.4
Гарниры					
Макаронные изделия отварные с овощами	150	5.17	6.69	33.98	219.79
Каша гречневая рассыпчатая	175	10.22	7.72	50.26	316.66
Мучные изделия					
Пирожки печеные с мясом, рисом	065	11.79	8.14	28.91	238.68
Рогалик с творогом (с сах. пудрой)	090/0,5	15.91	15.88	58.12	441.55
Напитки					
Кофейный напиток	190	0.76	0.38	14.6	58.57
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Батон	046	3.67	1.28	26.15	132.82

ИТОГО по меню:81-85

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____