

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов

на 21 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Первые блюда					
Суп картофельный с лапшой по-домашнему	250	3.07	3.18	20.31	125.19
Суп крестьянский (крупа пшенная)	285/2	2.17	4.3	11.91	96.35
Вторые блюда					
Колбаса отварная (таврия)	095	11.4	14.25	0	225.15
Говядина тушёная "Школьное" (доп-но: огурец соленый)	40/40/10	12.5	14.26	2.88	189.66
Биточки рыбные, сыр голландский	100/17	23.67	26.37	24.35	437.29
Гарниры					
Пюре картофельное	170	3.65	6.31	24.94	175.58
Макаронные изделия отварные с овощами (доп-но: помидор свежий)	180/25	6.48	8.08	41.73	269.75
Мучные изделия					
Пирожки печеные с капустой яйцом	080	6.25	8.98	28.75	223.03
Кекс майский	050	3.46	5.26	28.05	173.37
Напитки					
Напиток из сока (любимый)	180	0.22	0	19.19	75.91
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/6	0.26	0.06	15.22	59.16
Хлеб					
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75.02

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____