

МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

для учащихся старших классов
на 28 Апреля 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
<u>Первые блюда</u>					
Суп кулама по-деревенски с зеленью	270/2	3.07	2.97	18.18	114.12
Суп крестьянский (крупа пшенная) со сметаной	250	2.03	5.27	10.6	99.22
<u>Вторые блюда (мясо с гарниром)</u>					
Азу	50/195	17.87	18.21	19.19	315.33
<u>Вторые блюда</u>					
Говядина тушёная "Школьное"	40/40	12.36	14.24	2.5	187.46
Кнели из цыплят (с зеленью укропа,дополнительно: огурец соленый)	100/1/10	14.88	21.82	8.09	286.06
<u>Гарниры</u>					
Пюре картофельное	160	3.44	5.94	23.47	165.25
Макаронные изделия отварные с овощами (дополнительно: кукуруза консервированная отварная)	190/10	6.7	8.48	43.36	280.36
<u>Мучные изделия</u>					
Перемяч печёный с мясом птицы	060	6.19	6.08	17.17	149
Рогалик с курагой	085	6.22	6.21	52.11	290.49
<u>Напитки</u>					
Напиток апельсиновый	220	0.2	0.04	18.25	71.33
Чай пакетированный с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59.16
<u>Хлеб</u>					
Батон	038	2.88	0.99	19.87	102.22

ИТОГО по меню:**81-85**

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____