

Меню

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 ДЕКАБРЯ

ШКОЛА № 130 осн.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД,г	БЕЛКИ,г.	ЖИРЫ,г.	УГЛЕВОДЫ	Ккал.	ЦЕНА
ОБЕД по 10,30 руб.						
Каша пшённая вязкая	150	4,226	5,007	24,235	159	
Чай с сахаром	200/8	0,007	0,002	7,986	32	
Хлеб Сельский	15	0,75	0,15	6,75	33	
ОБЕД по 63 руб.						
Пельмени отварные с маслом	180/5	15,449	15,359	34,197	337	
Напиток из урюка	200	0,8	0,064	9,46	42	
Хлеб Сельский	30	1,5	0,3	13,5	77	
СВОБОДНЫЙ ВЫБОР САЛАТЫ						
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	
Бутерброд с сыром	30/15	6,195	4,86	15,42	132	
Салат из моркови	100	1,17	5,085	11,2	96	
Салат из белокочанной капусты	100	1,552	5,085	9,408	91	
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
Щи из св.капусты с картофелем	250	1,818	5,195	8,94	91	
Сметана	10	0,26	1,5	0,36	18	
Вторые блюда						
Рыба запечёная с сыром	90/10	20,981	9,117	3,117	180	
Мясо тушёное	50/50	15,887	18,31	2,553	238	
Котлеты из мяса птицы	90	8,093	9,93	7,071	150	
Наггетсы куриные	100	23,063	25,88	9,264	357	
Пельмени отварные с маслом	180/5	15,449	15,359	34,197	337	
Блинчики со сгущенным молоком	180/20	11,34	8,396	66,9	390	
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,946	6,479	31,05	214	
Макароны отварные	180	6,722	6,079	43,083	254	
Рис отварной	180	4,601	6,521	48,017	269	
Овощная смесь отварная	100	3,554	3,327	8,885	80	
НАПИТКИ						
Чай пакетир.с сахаром, лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34	
Напиток из урюка	200	0,8	0,064	9,46	42	
Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	46	

89-00

ДИРЕКТОР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

