

Меню

ПЯТНИЦА 12 ДЕКАБРЯ

ШКОЛА № 130 осн.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД

ОБЕД по 10,30 руб.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД,г.	БЕЛКИ,г.	ЖИРЫ,г.	УГЛЕВОДЫ	Ккал.	ЦЫНА
Макароны отварные	150	5,602	5,068	36,906	212	
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52	
Хлеб Сельский	15	0,75	0,15	6,75	33	

ОБЕД по 63 руб.

Голень куриная в сливочном маринаде	90	22,738	30,392	1,801	371	
Спагетти отварные	150	5,602	5,068	36,906	212	
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,989	32	
Хлеб Сельский	30	1,5	0,3	13,5	77	

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР САЛАТЫ

Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	
Овощные палочки из моркови	100	1,3	0,1	6,9	34	
Салат из квашеной капусты	100	1,598	5,096	8,24	88	

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Рассольник ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,285	5,385	16,925	126	
--------------------------	-----	-------	-------	--------	-----	--

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30	9,768	16,911	9,117	228	
Рыба по-МОСКОВСКИ	60/40	10,033	12,723	7,823	186	
Фрикассе из куриных грудок	70/20	17,024	14,728	1,79	209	
Птица отварная	50/50	9,055	7,071	3,601	114	
Блинчики со сгущённым молоком	100	23,992	20,616	0,328	283	
	180/20	11,34	8,396	66,9	390	

ГАРНИРЫ

Каша полбяная рассыпчатая	180	6,46	7,326	34,949	231	
Рогу овощное	180	3,364	9,173	20,173	178	
Макароны отварные	180	6,722	6,079	43,083	254	
Овощная смесь отварная	180	6,205	5,994	15,513	141	

НАПИТКИ

Чай пакетир.с сахаром	200/8			7,984	32	
Компот из компотной смеси	200	0,135	0,023	11,15	46	

Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	46	89-00
-------------------------	-------	------	------	------	----	-------

ДИРЕКТОР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

