

Меню

ПЯТНИЦА 19 ДЕКАБРЯ

ШКОЛА № 130 осн.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД,г.	БЕЛКИ,г.	ЖИРЫ,г.	УГЛЕВОДЫ	Ккал.	ЦЫНА
ОБЕД по 10,30 руб.						
Макароны отварные	150	5,602	5,068	35,906	212	
Напиток из яблок	200	0,1	0,1	12,43	52	
Хлеб Сельский	15	0,75	0,15	6,75	33	
ОБЕД по 63 руб.						
Жаркое из птицы	40/160	12,912	10,698	33,99	284	
Кисель из концентрата	200			13,1	53	
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	131	
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						
Наггетсы куриные	100	19,682	7,06	3,378	156	
Рыба запеч.с сыром,соусом ПЕРЕМЕНКА	90/5/5	19,682	7,06	3,376	156	
Котлеты АППЕТИТНЫЕ	90	10,769	9,869	8,996	168	
Плов с куриными грудками	40/150	12,76	13,684	32,883	308	
Жаркое из птицы	180/20	12,912	10,698	33,99	284	
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное	180	3,938	5,588	26,432	175	
Рис отварной	180	4,601	6,521	48,017	269	
Макароны отварные	180	6,722	6,079	43,083	254	
Капуста цветная отварная	180	5,42	6,045	9,106	114	
НАПИТКИ						
Чай пакетир.с сахаром,лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34	
Компот из свежих яблок	200	0,08	0,08	11,94	49	
Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	77	
						89-00

ДИРЕКТОР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

