

Меню

СРЕДА 28 ЯНВАРЯ

ШКОЛА № 130 осн.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД,г.	БЕЛКИ,г.	ЖИРЫ,г.	УГЛЕВОДЫ	Ккал.	ЦЕНА
ОБЕД по 10,70 руб.						
Каша геркулесовая вязкая	160	4,015	5,809	20,003	158	
Чай с сахаром	200/8	0,007	0,002	7,986	32	
Хлеб Сельский	15	0,75	0,15	6,75	33	
ОБЕД по 66 руб.						
Бифштекс по-ДОМАШНЕМУ	90	13,497	12,037	8,367	192	
Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,643	22,028	144	
Чай с сахаром	200/8	0,17	5,085	7,986	32	
Хлеб Сельский	30	1,5	0,3	13,5	77	
СВОБОДНЫЙ ВЫБОР САЛАТЫ						
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	
Салат из моркови	100	1,17	5,096	11,2	96	
Яйцо под соусом ПЕРЕМЕНКА с з/гор.	100	6,691	11,27	1,402	134	
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,775	5,166	12,3	103	
Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16	
Фрикадельки мясные	10	2,269	1,908	0,377	26	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба запечёная с сыром	90/10	23,388	14,539	3,177	237	
Гуляш из филе грудок индейки	45/45	9,102	7,346	1,893	110	
Бифштекс по-ДОМАШНЕМУ запеч. с сыром	90	13,497	12,037	8,367	192	
Птица отварная	100	23,992	20,616	0,328	283	
Фрикадельки из птицы в соусе	55/50	13,12	15,594	3,941	209	
Грудка куриная по-ФРАНЦУЗКИ	180	17,007	28,901	16,908	397	
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый	180	4,209	9,869	34,082	242	
Макароны отварные	180	6,722	6,079	43,083	254	
Рис отварной	180	4,601	6,521	7,999	269	
НАПИТКИ						
Чай пакетир.с сахаром,лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34	
Кисель из концентрата	200			13,1	53	
Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	77	

93-00

ДИРЕКТОР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

