

Меню

СРЕДА 11 марта

ШКОЛА № 130 осн.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	ВЫХОД,г.	БЕЛКИ,г.	ЖИРЫ,г.	УГЛЕВОДЫ	Ккал.	ЦЕНА
ОБЕД по 10,70 руб.						
Каша пшённая вязкая	160	4,229	5,007	24,235	170	
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,989	32	
Хлеб Сельский	15	0,75	0,15	6,75	33	
ОБЕД по 66 руб.						
Запеканка картофельная с мясом	180	13,19	18,593	25,841	323	
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	
Салат из квашеной капусты	100	1,596	5,096	8,24	88	
Салат ШКОЛЬНЫЙ	100	1,42	8,095	6,563	105	
Блинчики со сгущённым молоком	45/10	3,195	2,542	19,5	144	
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	1,905	0,377	28	
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,197	0,126	7,746	37	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Бифштекс по-ДОМАШНЕМУ с сыром	90/10	10,769	9,869	8,996	227	
Рыба запечённая с сыром	90/10	20,981	9,117	3,177	180	
Гуляш из филе индейки	50\50	10,002	8,051	2.081	121	
Птица отварная	100	26,697	24,45	0,97	282	
Пельмени отварные с маслом слив.	180/5	15,449	19,298	45,885	335	
Запеканка картофельная с мясом	200	13,19	18,593	25,841	358	
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180	7,946	6,479	31,05	171	
Картофель запечённый	180	4,601	6,521	48,017	242	
Макаронны отварные	180	6,722	6,079	43,083	254	
НАПИТКИ						
Чай пакетир.с сахаром,лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34	
Компот из компотной смеси	200	0,135	0.023	11,15	46	
Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	46	

93-00

ДИРЕКТОР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

