

Меню

СРЕДА 18 марта

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.

Голень куриная в сливочном маринаде	90/10	13,497	12,037	8,367	371
Макароны отварные	150	3,5	4,643	22,028	212
Напиток из урюка	200	0,17	5,085	7,986	42
Хлеб Сельский	30	1,5	0,3	13,5	77

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

САЛАТЫ

Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат ШКОЛЬНЫЕ	100	1,17	5,096	11,2	96
Салат из квашеной капусты	100	6,691	11,27	1,402	86
Блинчики со сгущенным молоком	45/10	3.195	2,524	19,5	114

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Борщ с капустой и картофелем	250	1,775	5,166	12,3	103
Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16
Гренки из пшеничного хлеба	10	1,197	0,126	7,746	37
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
Голень куриная в сливочном маринаде	90/10	13,497	12,037	8,367	371
Бифштекс по-ДОМАШНЕМУ запеч. с сыром	90	13,497	12,037	8,367	192
Медальоны из куриных грудок	80/30	23,992	20,616	0,328	465
Плов с куриными грудками	40/160	13,12	15,594	3,941	335

ГАРНИРЫ

Картофель запечённый	180	4,209	9,869	34,082	242
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,722	6,079	43,083	214
Рис отварной с зеленым горошком	180	4,601	6,521	7,999	300

НАПИТКИ

Чай пакетир.с сахаром,лимоном	200/8/5	0,045	0,005	8,134	34
Компот из свежих яблок	200	0,086	0,08	11,94	49

Хлеб Сельский/пшеничный	20/20	1,26	0,18	6,42	77	93-00
-------------------------	-------	------	------	------	----	-------

ДИРЕКТОР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ

