

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
30 МАРТА 2023 г ЧЕТВЕРГ

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Флоды свежие (Яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат"Прага"	80		5,2	9,5	1,5	113
Салат картофельный с морковью, з\горошком, яйцом (без лука)	100		2,8	7,2	10,2	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Аппетитные"мясо-куриные	90		16,5	15	6,6	225
Рыба(филе)по-Московски	70\20		18	13,8	2	204
Цыплята запеченные	100		24,5	22,4	0,917	304
Чахохбили из куриныхт грудок	60\50		12,6	16,6	7	229
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
НАПИТКИ						
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05	0	8,13	34
Напиток из шиповника	200		0,01	0	10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	25\20		2,77	0,5	21,05	102
			27,72	32,13	59,7	642
		73,00р.				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

