

Меню



3 Марта	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		120	47	0,4	0,4	9,8
Салат из свежих огурцов		100	64	0,66	6,08	1,80
Салат из свеклы отварной		100	94	1,42	6,08	8,36
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Суп с вермишелью курицей, зеленью суш.		250/15/1	123	2,86	3,048	20,87
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Сосиски отварные		100	226	10,4	20,1	0,800
Птица запечённая		90	298	24,027	22,005	0,87
Гуляш из говядины		40/40	185	13,02	14,14	2,27
Люля-Кебаб		90	202	13,02	14,91	3,83
Рыба запечённая с сыром		80/10	164	18,94	8,39	2,82
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
Капуста тушёная		180	159	4,24	7,43	18,03
Рис отварной		180	269	4,60	6,52	48,01
Макароны отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Компот из свежих яблок		200	49	0,08	0,08	11,94
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,120	7,38
Хлеб ржано- пшеничный		20	44	1	0,200	9
	89					
КОМПЛЕКС суп+ выпечка						
Суп вермишелевый с курицей , зеленью суш.		200	209	3,55	4,75	37,89
Эч. почмак с говядиной		100	272	10,32	10,07	34,44
Чай с сахаром		200/8	32	0,021	0,005	7,98
Хлеб ржано-пшеничный		10	22	0,500	0,100	4,5
	63					

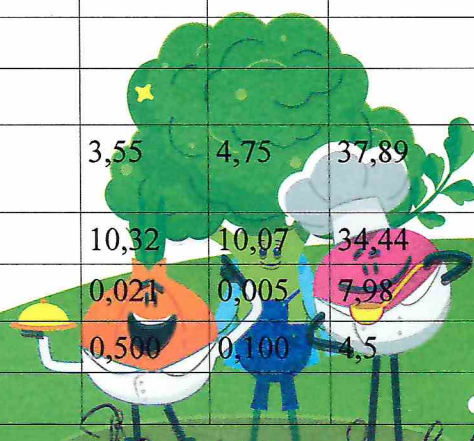
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)201-38-88



poelidovolen.ru



Зав. производством

Зав. производством