

3 Апреля	Меню					
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,40	0,40	9,8
Салат бар: огурцы свежие м/раст.		100	56	0,68	5,09	1,86
Яйцо под соусом с з/горошк.		48/10/10	134	6,691	11,270	1,402
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Борщ с капустой сметаной ,курицей ,зелен. сущ.		250/15/5/ 1	103	1,77	5,166	12,3
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины		75	214	12	14,23	10,87
Чахохбили из птицы		45/45	221	13,18	15,78	6,24
Гуляш из говядины		40/40	185	12,15	14,14	2,27
Рыба запечённая с сыром		80/10	164	18,94	8,39	2,82
Птица запечённая		90	298	24,027	22,005	0,873
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное		180	171	4,15	5,61	26,14
Жаркое из грудок куриных		40/160	301	14,600	14,02	29,09
Рис отварной		180	269	4,601	6,521	48,017
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200	32			7,98
<i>Напиток из урюка</i>		200	79	0,8	0,064	18,46
Хлеб ржано- пшеничный		15	33	0,750	0,150	6,75
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,120	7,38
	89					
КОМПЛЕКС суп + выпечка						
Борщ с фрикадельками ,сметаной		250/11/5	235	5,7	5,66	40,3
Сосиска в тесте		100	312	10,7	15,56	31,66
Чай с сахаром и лимоном		200/8/5	34	0,066	0,010	8,139
Хлеб ржано- пшеничный	63	25	55	1,25	0,250	11,25

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru