

ЗД

Меню

4 Марта						
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,4	0,4	9,8
Блинчики со сгущённым молоком		45/10	114	3,19	2,52	19,5
Салат школьный		100	105	1,42	8,09	6,56
Салат из квашеной капусты		100	88	1,59	5,09	8,24
ОБЕД						
Борщ с капустой сметаной и мясными фрикадельками		250/10/10	103	1,77	5,16	12,3
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Пельмени с маслом		180/5	335	13,04	14,35	38,39
Рыба запечённая с сыром		90/10	180	20,98	9,17	3,17
Гуляш из говядины		50/50	231	15,19	17,67	2,84
Голень куриная в сливочном маринаде		90/10	371	22,73	30,39	1,801
Медальоны из куриных грудок		80/30	465	26,54	38,18	3,55
Плов с куриными грудками		40/160	322	13,43	14,40	34,61
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая рассыпчатая		180	214	7,94	6,47	31,050
Картофель запечённый		180	242	4,209	9,86	34,08
Капуста брокколи отварная		180	55	5,59	6,19	7,99
Рис отварной с зелёным горошком		180	300	6,24	7,96	49,45
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром		200/8	34	0,045	0,005	8,13
Компот из свежих яблок		200	49	0,08	0,08	11,94
Хлеб ржано- пшеничный		20/20	44	1	0,2	9
	93					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

