

Меню



11 Марта		Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ							
Фрукты свежие «яблоки»		100	47	0,4	0,4	9,8	
Салат из квашеной капусты		100	86	1,63	5,08	7,72	
Салат школьный		100	105	1,42	8,09	6,56	
Блинчики со сгущённым молоком		45/10	114	3,19	2,52	19,5	
ОБЕД							
Борщ с капустой, сметаной и 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	9,11	3,17	
Гуляш из индейки		50/50	121	10	8,05	2,08	
Птица отварная		100	283	23,99	20,61	0,32	
Бифштекс рубленый по - домашнему		90/10	227	16,12	14,67	8,36	
Запеканка картофельная с мясом		200	358	14,65	20,65	28,70	
ГАРНИРЫ							
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14	
Картофель запечённый		180	242	4,20	9,86	34,08	
Макаронные изделия отварные		180	254	6,72	43,083	35,16	
НАПИТКИ							
Чай с сахаром и лимоном		200/8/5	34	0,04	0,005	8,13	
Компот из замороженной смесм		200	46	0,13	0,02	11,15	
Хлеб ржано - пшеничный		20	44	1	0,2	9	
Хлеб пшеничный		20	47	1,52	0,16	9,84	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

93

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

