

11 Сентября

Меню

Стои-ть выход ккал белки жиры Угл-ды

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие /яблоко/	100	47	0,4	0,4	9,8
Овощи свежие помидоры	100	64	0,66	6,08	1,80
Бутерброд горячий с сыром	30/15	24	1,1	0,2	3,8
Салат из капусты	100	91	1,53	5,08	9,40

ОБЕД

Суп с вермишелью	250	123	2,86	3,04	20,87
------------------	-----	-----	------	------	-------

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Фрикассе из курицы и грудок	50/50	126	8,91	9,41	1,371
Птица отварная	100	283	23,99	20,61	0,32
Плов с говядины	160/30	396	13,60	16,84	45,96
Блинчики со сгущённым молоком	180/20	390	11,34	8,39	66,9
Рыба запечённая с сыром и соусом черемуха	90/5/5	158	19,68	7,06	3,37

ГАРНИРЫ

Рагу овощное	180	178	3,36	9,17	20,17
Овощная смесь отварная	180	41	6,20	5,99	15,51

Спагетти отварные

8	254	6,72	6,07	43,083
---	-----	------	------	--------

Напитки

Чай пак. с сахаром	200/8	32			7,98
Компот из замороженной смеси	200	46	0,13	0,023	11,150

Хлеб ржано-пшеничный	89	20/20	41	1	
----------------------	----	-------	----	---	--

КОМПЛЕКС суп+выпечка

Суп с вермишелью и	250	123	2,86	3,04	20,87
--------------------	-----	-----	------	------	-------

Директор

Калькулятор

Зав. производством

Чай с сахаром

8/800)234-33-88

Хлеб ржано-пшеничный

poelidovolen.ru

63

