Меню

12Февраля						
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие «яблоки»		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат витаминный		100	98	1,31	5,16	11,18
Бутерброд горячий с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
Салат из свеклы отварной		100	94	1,42	6,09	8,36
ОБЕД						
Суп с гречневой крупой и куриными грудками		250/10	123	2,86	3,048	20,87
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Горбуша по - « Московски»		80/20	219	20,23	14,45	1,93
Голень куриная в маринаде		90/10	371	22,73	30,39	1,80
Котлеты « Нежные»		90/10	191	12,06	11,43	9,94
Говядина со стручковой фасолью		50/50	274	15,60	21,63	4,01
Блины со сгущёнкой		180/20	468	11,07	11,91	79,19
Плов с говядины		160/30	396	13,60	16,84	45,96
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая рассыпчатая		180	214	7,94	6,47	31,05
Овощная смесь отварная		180	141	6,205	5,99	15,51
Рагу овощное		180	178	3,36	9,17	20,17
Спагетти отварные		180	254	6,72	6,07	43,083
Напитки						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Напиток из урюка		200	42	0,8	0,06	9,46
Хлеб ржано- пшеничный	93	20/20	44	1	0,2	9
КОМПЛЕКС суп+ выпечка						
Суп с гречневой крупой , фрикадельками и гренками		250/11/5	112	2,53	3,03	18,57
Сосиска в тесте		100	312	10,76	15,56	31,66
Напиток из шиповника		200	41	0,012	0,001	10,17
Хлеб ржано-пшеничный		25	44	1	0,2	9
	66					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88
poelidovolen.ru