

Меню

14 февраля	Стои-ть	ВЫХОД	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		120	47	0,4	0,4	9,8
Салат бар: капуста пекинская		100	59	1,05	5,16	1,88
огурцы свежие						
масло растительное						
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
ОБЕД						
Суп картофельный с вермишелью курице зеленью суш.		250/15/1	123	2,86	3,04	20,87
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины		75	175	11,34	11,50	6,64
Гуляш из говядины		40/40	185	12,15	14,14	2,27
Рыба по « Московски»		70/20	209	17,024	14,72	1,79
Котлеты рубленые из птицы		80	233	13,34	15,74	10,94
Кыстыбый с картофелем		170/5	306	6,49	11,99	42,14
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая		180	171	4,15	5,56	26,14
<i>Рагу овощное</i>		180	178	3,36	9,17	20,17
Макароны отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
Рис «Мозайка»		180	297	4,44	12,75	40,91
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром и лимоном		200/8/7	34	0,063	0,007	8,19
Кисель		200	53			13,1
Хлеб ржано-пшеничный		20	35	1,14	0,12	7,38
Хлеб пшеничный		15	44	1	0,2	9