

Меню

14 октября	Строй-ть	ВЫХОД	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		120	47	0,4	0,4	9,8
Салат бар: огурцы свежие		35/35/5	57	0,63	5,10	2
помидоры свежие						
масло растительное						
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
Салат из белокочанной капусты		100	90	1,60	5,085	9,19
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой, курицей, зеленью суш.		250/10/1	97	1,88	5,32	10,32
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Сосиски отварные		100	226	10,4	20,1	0,800
Птица запечённая		90	298	24,027	22,005	0,87
Рыба запечённая с сыром		80,/10	144	17,03	7,09	2,82
ГАРНИРЫ						
Капуста тушёная		180	159	4,24	7,43	18,03
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
Макароны отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
Рис отварной		180	269	4,60	6,52	48,017
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Напиток из свежих пдоов		200	49	0,080	0,080	11,94
Диарктир						
Калькулятор						
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,120	7,38
Зав. ПРОИЗВОДСТВОМ						
Хлеб ржано-пшеничный		20	44	1	0,200	9
☎ 8(800)234-33-88						
		79				

poelidovolen.ru

