

Меню

15Апреля	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /апельсин/		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат - бар из свежих огурцов м/р		100	64	0,66	6,089	1,80
Салат мечта		100	56	0,68	5,093	1,86
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем грудками ,сметаной зеленью суш.		250/15/5/1	91	1,81	5,19	8,94
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	17,02	14,72	1,79
Медальоны из куриных грудок с сыром		70/5	271	19,09	21,21	0,81
Шашлык из куриных грудок		80	249	19,23	18,76	1,02
Плов из говядины		40/160	430	16,56	19,38	45,96
ГАРНИРЫ						
Макароны отварные		180	254	6,72	6,07	28,40
Картофель запечённый		150	202	3,50	8,22	8,88
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
Кисель		200	53			13,100
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,12	7,38
Хлеб ржано- пшеничный		15	33	0,75	0,15	6,75
	89					
КОМПЛЕКС Суп + Выпечка						
Щи из свежей капусты со сметаной, фрикадельками		250/5/11	229	8,05	5,125	37,690
Пицца с курицей и сыром		85	340	14,950	17,57	30,16
Чай с сахаром	63	200/8	32	0,021	0,005	7,989

Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovoten.ru

