

15 СЕНТЯБРЯ

Меню



	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
Овощные палочки из огурцов		100	11	0,7	0,100	1,9
Яблоки свежие		100	47	0,4	0,4	9,8
Яйцо по соусом		48/10	130	6,38	11,25	0,75
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с сметаной		250/10	91	1,81	5,19	8,94
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба запечённая с сыром		90/10	180	20,98	9,11	3,17
Мясо тушёное		50/50	238	15,88	18,31	2,55
Тефтели куриные Лакомка»		60/40	196	10,85	14,34	5,79
Наггетсы куриные		100	357	23,063	25,880	9,26
Пельмени с маслом		180/5	337	15,93	13,35	38,31
Блинички со ступнённым молоком		180/20	390	11,34	8,396	66,900
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
Рис отварной		180	269	4,60	6,52	48,01
Овощная смесь отварная		100	80	3,55	3,32	8,88
Каша гречневая рассыпчатая		180	291	7,94	6,47	50,24
НАПИТКИ						
Напиток из урюка		200	42	0,8	0,064	9,46
Чай с сахаром в лимонном		200/8/7	24	0,063	0,007	8,19
Хлеб ржано-пшеничный	89	20/20	44	1	0,200	10
КОМПЛЕКС суп + выпечка						
Щи из свежей капусты		200	73	1,45	9,15	7,15
Директор		100	272	10,32	10,07	24,44
Калькулятор		200/4	35	0,87	0,05	7,98
Зав. производством						
Хлеб ржано-пшеничный						

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru