

Меню

16 Сентября	Стои-ть	Выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоки/		100	47	0,4	0,4	9,8
Бутерброд горячий с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
Салат из капусты		100	90	1,60	5,08	9,19
Салат из свеклы и сыром		100	132	5,17	9,06	7,19
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми		250/10	151	5,87	5,54	19,28
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из говядины		50/50	231	15,19	17,67	2,84
Сырники «Классические»		140/40	487	38,833	12,66	52,80
Рыба по «Московски»		70/20	209	17,02	14,72	1,79
Шашлык из куриных грудок		100	293	24,16	21,45	1,26
Медальоны из куриных грудок		95/5	293	24,16	21,45	1,260
Плов с куриными грудками		160/40	362	25,45	28,30	1,1
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый		180	159	4,24	7,43	18,031
Макаронные изделия отварные		180	209	6,72	5,68	43,07
Капуста цветная		180	114	3,42	6,04	9,10
НАПИТКИ						
Чай с сахаром и лимоном		200/8/5	34	0,045	0,005	8,13
Компот из свежих яблок		200	19	0,6	0,08	11,94
Хлеб пшеничный		20	49	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржано-пшеничный		20	44	1	0,02	9

89

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

