

Меню



17 Марта	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		90	42	0,36	0,36	8,82
Салат из свежих огурцов		100	64	0,66	6,08	1,80
Салат из свеклы отварной		100	94	1,42	6,08	8,36
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Суп с вермишелью курицей, зеленью суш.		250/15/1	123	2,86	3,048	20,87
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
<i>Сосиски отварные</i>		100	226	10,4	20,1	0,8
Гуляш из говядины		40/40	185	13,02	14,14	2,27
Люля-Кебаб		90	202	13,02	14,91	3,83
Рыба запечённая с сыром		80/10	164	18,94	8,39	2,82
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
Капуста тушёная		180	159	4,24	7,43	18,03
<i>Рис отварной</i>		180	269	4,60	6,52	48,01
Макароны отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
<i>Компот из свежих яблок</i>		200	49	0,08	0,08	11,94
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,120	7,38
Хлеб ржано- пшеничный		20	44	1	0,200	9
	89					
КОМПЛЕКС суп+ выпечка						
Суп вермишелевый с курицей , зеленью суш.		200	209	3,55	4,75	37,89
Эн. котлет с говядиной		100	272	10,32	10,07	34,44
Напиток с сахаром		200/8	32	0,021	0,005	7,98
Хлеб ржано-пшеничный		10	22	0,500	0,100	4,5

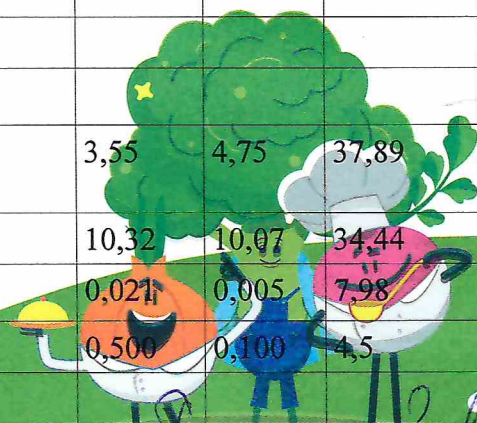
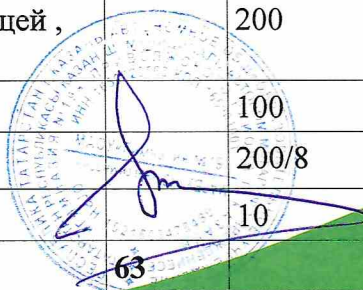
Директор

Калькулятор

Зав. кафе

Хлеб ржано-пшеничный

poelidovolen.ru



Иванов И.И.
30.03.2020