

зд

Меню



19 марта		Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ							
Плоды свежие /яблоко/			120	47	0,4	0,4	9,8
Салат бар: капуста пекинская			100	59	1,05	5,16	1,88
огурцы свежие							
масло растительное							
Бутерброд с сыром			30/15	131	6,19	4,86	15,42
ОБЕД							
Рассольник ленинградский сметаной курицей, зеленью суш.			250/15/5/1	126	2,28	5,38	16,92
ВТОВЫЕ БЛЮДА							
Котлеты «Аппетитные»			80	250	16,62	19,26	3,55
Гуляш из куриных грудок			50/50	209	14,61	15,27	3,23
Птица запечённая			90	298	24,02	22	0,87
Грудка куриная по-французски			180	396	17	28	16,9
Пельмени с маслом			180/5	406	20,44	16,35	44,19
ГАРНИРЫ							
<i>Рис отварной</i>			180	242	4,20	9,86	34,08
Макароны отварные			180	254	6,72	8,079	43,08
Овощная смесь			100	60	3,55	3,32	8,88
Каша гречневая вязкая			180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ							
Чай пак. с сахаром			200/8	32			7,98
Компот из замороженной компотной смеси			200	46	0,13	0,02	11,15
Хлеб ржано-пшеничный		89	15/15	35	0,75	0,150	6,75
Крокотер суп+ выпечка			15	35	1,14	1,12	7,3
Рассольник ленинградск.			250	280	6,626	9,23	42,48
Зав. производство			85	340	14,95	17,57	30,169
Птица с курицей и сыром							
Чай с сахаром			200/8	32	0,021	0,005	7,98
Хлеб ржано-пшеничный		63	15	35	1,14	1,12	7,3

Иванов А.И.
Зав. и.п. А.И. Иванов