Меню

ЗД

19 Ноября						
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат пёстрый		100	96	1,105	5,169	10,98
Яблоко		100	47	0,4	0,4	9,8
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
ОБЕД						
Борщ с капустой и сметаной		250/10	103	1,77	5,16	12,3
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из грудок индейки		50/50	110	9,11	7,27	2,077
Рыба запечённая с сыром		90/5/5	156	19,68	7,06	3,37
Бифштекс по- домашнему		90	192	13,49	12,03	8,36
Птица отварная		100	283	23,99	20,61	0,32
Фрикадельки из птицы в соусе		55/40	161	9,65	12,20	3,11
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное		180	175	3,93	5,58	26,43
Макароны отварные		180	208	6,48	4,64	35,16
		180	348	5,92	19,36	37,37
Капуста брокколи отварная		180	55	5,59	6,19	7,99
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		20/20	44	1	0,2	9
	89					

Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru