

Меню

20 Февраля

	Стой-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,400	0,400	9,8
Салат из моркови		100	96	1,17	5,08	11,2
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
Салат картофельный с огурцами		100	92	2,31	3,89	11,62
ОБЕД						
Рассольник ленинградский с фрикадельками и сметаной		250/10/10	100	1,86	5,38	16,92
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из говядины		50/50	231	15,19	17,67	2,84
Горбуша запечённая с сыром		80/10/10	238	21,11	15,63	3,22
Котлеты сытные		100	171	12,95	9,22	9,004
Медальоны из куриных грудок		80/30	465	26,54	38,18	3,55
Голень куриная в маринаде		90/10	371	22,738	30,392	1,801
Оладьи со сгущённым мол		40/160	306	1,57	14,44	18,57
Мясо по- милански		180	328	19,34	21,89	12,91
ГАРНИРЫ						
<i>Пюре картофельное</i>		180	175	3,93	5,58	26,43
Капуста цветная отварная		180	114	5,42	6,04	9,106
Рис «Мозайка» с овощами		180	297	4,44	12,73	40,91
Спагетти отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
НАПИТКИ						
Компот из урюка		200	42	0,8	0,064	9,45
Чай с сахаром и лимоном		200/8/5	34	0,045	0,005	8,13
<i>Хлеб ржано - пшеничный</i>		20	44	1	0,2	9
Хлеб пшеничный		20	47	1,52	0,160	9,84

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

