

20Марта

# Меню

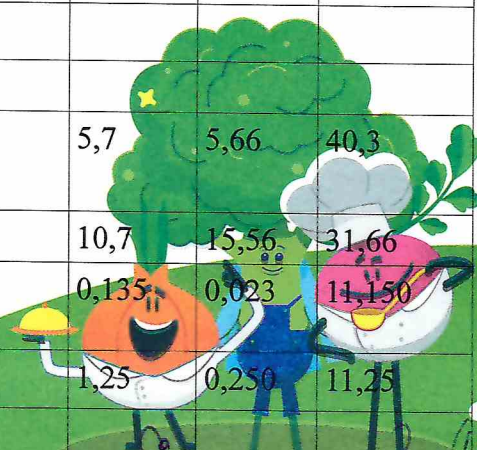


|                                                   | Стои-ть | выход          | ккал | белки  | жиры   | Угл-ды |
|---------------------------------------------------|---------|----------------|------|--------|--------|--------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>                           |         |                |      |        |        |        |
| Плоды свежие /яблоко/                             |         | 90             | 42   | 0,36   | 0,36   | 8,82   |
| Салат бар: огурцы свежие                          |         | 100            | 56   | 0,68   | 5,09   | 1,86   |
| масло раст.                                       |         |                |      |        |        |        |
| Горячий бутерброд с сыром                         |         | 30/15          | 133  | 4,51   | 5,0    | 14,7   |
| <b>ОБЕД</b>                                       |         |                |      |        |        |        |
| Борщ с капустой<br>сметаной ,курицей ,зелен. сущ. |         | 250/15/5/<br>1 | 103  | 1,77   | 5,166  | 12,3   |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>                               |         |                |      |        |        |        |
| <b>Биточки из говядины</b>                        |         | 75             | 214  | 12     | 14,23  | 10,87  |
| <b>Чахохбили из птицы</b>                         |         | 45/45          | 221  | 13,18  | 15,78  | 6,24   |
| Гуляш из говядины                                 |         | 40/40          | 185  | 12,15  | 14,14  | 2,27   |
| Рыба запечённая с сыром                           |         | 80/10          | 164  | 18,94  | 8,39   | 2,82   |
| Птица запечённая                                  |         | 90             | 298  | 24,027 | 22,005 | 0,873  |
| <b>ГАРНИРЫ</b>                                    |         |                |      |        |        |        |
| Пюре картофельное                                 |         | 180            | 171  | 4,15   | 5,61   | 26,14  |
| Жаркое из грудок куриных                          |         | 40/160         | 301  | 14,600 | 14,02  | 29,09  |
| <b>Рис отварной</b>                               |         | 180            | 269  | 4,601  | 6,521  | 48,017 |
| Каша гречневая вязкая                             |         | 180            | 171  | 4,15   | 5,56   | 26,14  |
| <b>НАПИТКИ</b>                                    |         |                |      |        |        |        |
| Чай с сахаром                                     |         | 200            | 32   |        |        | 7,98   |
| <i>Напиток из урюка</i>                           |         | 200            | 79   | 0,8    | 0,064  | 18,46  |
| Хлеб ржано- пшеничный                             |         | 15             | 33   | 0,750  | 0,150  | 6,75   |
| Хлеб пшеничный                                    |         | 15             | 35   | 1,14   | 0,120  | 7,38   |
|                                                   | 89      |                |      |        |        |        |
| <b>КОМПЛЕКС суп + выпечка</b>                     |         |                |      |        |        |        |
| Борщ с<br>капустой,фрикаделькой                   |         | 250/5          | 235  | 5,7    | 5,66   | 40,3   |
| Сосиска в тесте                                   |         | 100            | 312  | 10,7   | 15,56  | 31,66  |
| Компот из замороженной ком.<br>сmesi              |         | 200            | 46   | 0,135  | 0,023  | 11,150 |
| <b>Хлеб ржано- пшеничный</b>                      | 63      | 25             | 55   | 1,25   | 0,250  | 11,25  |
|                                                   | 89      |                |      |        |        |        |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Исполнитель  
В.А.