

20 Сентября

Меню

Стои-ть выход ккал белки жиры Угл-ды

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие /яблоко/	120	47	0,4	0,4	9,8
	100	59	1,05	5,16	1,88
Салат из свежих помидор	100	131	6,19	4,86	15,42
Бутерброд с горячий с сыром	30/15	131	6,195	4,66	15,42

ОБЕД

Суп картофельный с крупой	250/	104	2,12	2,87	17,43
---------------------------	------	-----	------	------	-------

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба запечённая с сыром	90/10	180	20,98	9,11	3,17
Птица запечённая	100	332	26,69	24,45	0,97
Пельмени с маслом	180/5	337	15,93	13,35	38,31

ГАРНИРЫ

Макароны отварные	180	249	3,90	12,73	29,35
Картофель тушеный	180	249	3,90	12,73	29,35

НАПИТКИ

Чай пак. с сахаром , лимоном	200/8/5	34	0,045	0,005	8,13
Компот из свежих яблок	200	49	0,080	0,080	11,94

Хлеб ржано-пшеничный

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

89