

Меню

21 Января	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие «яблоки»		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат из квашеной капусты		100	88	1,59	5,09	8,24
Салат из моркови		100	96	1.17	5.08	11,2
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
ОБЕД						
Борщ с капустой ,сметаной и фрикадельками		250/10/10	103	1,77	5,16	12,3
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Горбуша запечённая с сыром		90/10	237	23,38	14,53	3,17
Медальоны из куриных грудок		80/30	465	26,54	38,18	3,55
Птица запечённая		100	332	26,69	24,45	0,97
Котлеты « Аппетитные»		90/10	174	11,65	10,81	7,52
Плов с куриными грудками		40/160	426	15,44	19,29	45,88
ГАРНИРЫ						
<i>Рис отварной</i>		180	269	4,601	6,52	48,01
Капуста брокколи отварная		180	55	5,59	6,19	7,99
Каша гречневая рассыпчатая		180	214	7,94	6,47	31,05
Спагетти отварные		180	254	6,72	43.083	35,16
НАПИТКИ						
Чай с сахаром и лимоном		200/8/5	34	0,04	0,005	8,13
Кисель концентрат		200	53			13,1
Хлеб ржано - пшеничный		20	44	1	0,2	9
Хлеб пшеничный		20	47	1,52	0,16	9,84

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

