

Меню



21 Апреля	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат- бар: капуста пекинская		100	59	1,05	5,16	1,88
огурцы свежие м/раст.						
Салат из свежих помидор		100	77	1,04	6,18	3,61
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой груд.кур. зелен.суш.		250/10/1	97	1,88	5,32	10,32
ВТОВЫЕ БЛЮДА						
<i>Буритос с курицей и сыром</i>		180	525	21,588	35,25	29,59
Люля - кебаб		80	233	18,05	15,94	4,16
Гуляш из говядины		40/40	185	12,15	14,14	2,27
Плов из птицы		40/160	426	15,44	19,29	45,88
Гуляш из птицы		50/50	209	14,61	15,27	3,23
Рыба запечёная с сыром соусом переменка		100/10/10	201	20,66	11,30	3,93
ГАРНИРЫ						
<i>Рис отварной</i>		180	269	4,60	6,52	48,01
Макаронь отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
Капуста тушёная		180	159	4,24	7,43	18,03
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай с сахаром , лимоном		200/8/7	34	0,045	0,0056	8,13
Компот из свежих яблок	89	200	49	0,08	0,08	11,94
Хлеб ржано- пшеничный		20/20	47	1,52	0,16	9,84
КОМПЛЕКС суп+ выпечка						
Суп вермешел.с фрикадельк.		250/11	261	4,43	5,93	47,37
Маффин классический		50	27	2,24	1,90	0,24
Хлеб ржано-пшеничный		15	33	0,75	0,150	6,75
Напиток из вишни		200	48	0,12	0,03	11,57

Директор
 Калькулятор
 Зав. производством
 Напиток из вишни
 8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

63

