Меню

21 Октября							
		Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ							
Плоды свежие /яблоко/			100	47	0,400	0,400	9,8
Салат из капусты			100	90	1,6	5,08	9,19
Бутерброд горячий с сыром			30/15	131	6,19	4,86	15,42
Салат из свеклы с сыром			100	132	5,17	9,067	7,19
Суп с бобовыми			250	151	5,87	5,54	19,28
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
Шашлык из куриных грудок			100	293	24,16	21,45	1,26
Наггетсы куриные			100	235	16,55	18,37	0,69
Рыба по «Московски»			70/20	357	23,06	25,88	9,26
Жаркое из птицы			30/160	316	14,36	15,71	29,28
Буритос с курицей и сыром			180	525	21,58	35,25	29,59
Сырники со сгущёнкой			140/40	487	38,83	12,66	52,804
ГАРНИРЫ							
Макароны отварные			180	208	6,48	4.64	35.16
Капуста цветная отварная			180	114	5,420	6,04	9,106
Пюре картофельное			180	175	3,93	5,58	26,43
НАПИТКИ							
Напиток из урюка			200	79	0,8	0,064	18,48
Чай с сахаром			200/8	32			7,98
Хлеб ржано- пшеничный		89	20/20	44	1	0,2	9

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88
poelidovolen.ru