

22Апреля

Меню

	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоки/		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат из свежих огурцов		100	64	0,66	6,089	1,80
Бутерброт с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем грудками ,сметаной зеленью суп.		250/15/5/1	91	1,81	5,19	8,94
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Чахохбили из кур. грудок		40/40	196	11,72	14,01	5,54
Ёжики мясные с рисом		80	191	11,981	13,021	6,57
Рыба запечённая с сыром		80/10	164	18,94	8,39	2,82
Медальоны из куриных грудок с сыром		60/5	235	16,55	18,37	0,69
ГАРНИРЫ						
Рис отварной		150	224	3,83	5,43	40,01
Пюре картофельное		150	146	3,28	4,65	22,02
Овощная смесь отварная		100	80	3,55	3,32	8,88
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
<i>Напиток из урюка</i>		200	79	0,80	0,2	9
Хлеб пшеничный		20	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржано- пшеничный	89	20	44	1	0,2	9
КОМПЛЕКС Суп + выпечка						
Щи из свеж. капусты со сметаной фрикадельками		250/11/5	229	8,05	5,125	37,690
Пирог с курицей		85	340	14,95	5,125	37,690
Чай с сахаром		200/8	32	0,021	0,005	7,98
Хлеб ржано-пшеничный	63	15	33	0,75	0,150	6,75
Хлеб ржано – пшеничный	63	15	33	0,75	0,15	6,75

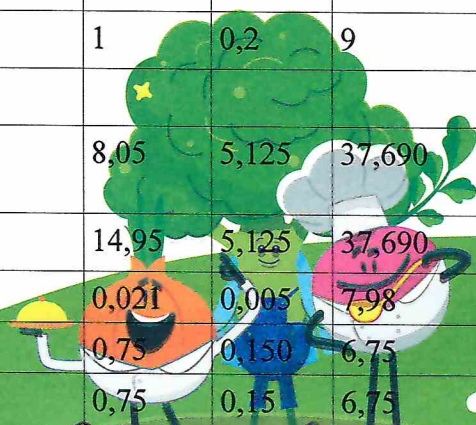
Директор

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Маммаев А.А.
Зав. п.п. Абдураманов И.А.