

23 Октября

Меню

23 Октября	Меню					
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,4	0,4	9,8
Овощи свежие помидоры		100	64	0,66	6,08	1,80
Бутерброд горячий с сыром		30/15	24	1,1	0,2	3,8
Салат из капусты		100	91	1,55	5,08	9,40
ОБЕД						
Суп с вермишелью		250	123	2,86	3,04	20,87
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Фрикассе из куриных грудок		50/50	126	8,91	9,41	1,371
Птица отварная		100	283	23,99	20,61	0,32
Плов с говядины		160/30	396	13,60	16,84	45,96
Блинчики со сгущённым молоком		180/20	390	11,34	8,39	66,9
Рыба запечённая с сыром и соусом переменка		90/5/5	158	19,68	7,06	3,37
ГАРНИРЫ						
Рагу овощное		180	178	3,36	9,17	20,17
Макароны отварные		180	208	6.48	4.64	35.16
			254	6,72	6,07	43,083
Напитки						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Компот из замороженной смеси		200	46	0,13	0,023	11,150
Хлеб ржано- пшеничный	89	20/20	44	1	0,2	9
КОМПЛЕКС суп+ выпечка						
Суп с вермишелью и фрикадельками		250	123	2,86	3,04	20,87
Пирожок с мясом		100	312	10,76	15,56	31,66
Соус в тесте		200/8	41	0,012	0,001	10,17
Хлеб ржано-пшеничный		20	44	1	0,2	9

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

63

Директор
Калькулятор
Зав. производством
8(800)234-33-88
poelidovolen.ru

