

# Меню

27 Марта	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>						
Фрукты свежие /яблоко/		100	47	0,40	0,40	9,8
Салат из фасоли и кукурузы		100	210	7,36	14,98	11,14
Салат картофельный с огурцами		100	94	1,49	5,25	10,07
Блинчики со сгущённым молоком		45/10	114	3,19	2,52	19,5
<b>ОБЕД</b>						
<b>Рассольник с фрикадельками ,сметаной и гречками</b>		250/10/10 /10	126	2.28	5,38	16.92
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Гуляш из куриных грудок		50/50	209	14,61	15,27	3,23
Фрикассе из куриных грудок		50/50	107	9,056	6,22	3,60
Котлеты « Аппетитные»		100	239	15,39	16,52	7,99
Голень куриная в сливочном маринаде		90/10	371	22,73	30,39	1,80
Буритос с курицей и сыром		180	525	21,58	35,25	29,59
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Пюре картофельное		180	175	3,93	5,58	26,43
Каша гречневая рассыпчатая		180	214	7,94	6,47	31,05
Макароны отварные		180	269	4,60	6.52	48,01
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай пак. с сахаром и лимоном		200/8/5	34	0,04	0,005	8,13
Напиток из порошка		200	42	0,8	0,06	9,46
Хлеб ржаной - энцианный		20/20	44	1	0,2	9

**НАПИТКИ**

Директор

Калькулятор

Заведующий

Хлеб ржаной - энцианный

poelidovolen.ru

93

