

Меню



29Апреля	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоки/		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат мечта		100	170	2,07	15,23	6,01
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем грудками ,сметаной зеленью суш.		250/15/5/1	91	1,81	5,19	8,94
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины		75	175	11,34	11,505	6,64
Гуляш из говядины		40/40	185	12,156	14,14	2,27
Рыба по « Московски»		70/20	209	17,02	14,72	1,79
Медальоны из куриных грудок с сыром		70/5	271	19,09	21,21	0,081
Шашлык из куриных грудок		80	249	19,23	18,76	1,02
ГАРНИРЫ						
Плов из говядины		160/40	430	16,56	19,38	45,96
Картофель запечённый		150	202	3,507	8,22	28,40
Макароны отварные		180	254	6,77	6,07	43,08
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
Кисель		200	53			13,100
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,12	7,38
Хлеб ржано- пшеничный	89	15	33	0,75	0,15	6,75
КОМПЛЕКС Суп + выпечка						
Щи из свеж. капусты со сметаной фрикадельками		250/11/5	229	8,05	5,125	37,690
Пирожки 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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

