Меню

3 Октября						
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,400	0,400	9,8
Яйцо по соусом переменка		48/10	130	6,38	11,25	0,75
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
Салат пестрый		100	96	1,105	5,16	10,98
ОБЕД						
Рассольник ленинградский		250	100	1,86	5.38	16.92
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Мясо тушеное		50/50	238	15,88	18,310	2,55
Рыба запечённая с сыром		90/5/5	156	19,68	7,060	3,37
Наггетсы		100	357	23,06	25,88	9,26
Фрикасе из куриных грудок		50/50	126	8,91	9,41	1,37
Плов из куриных грудок		30/160	395	12,76	16,98	45,88
Оладьи со сгущёным мол		70	64	1,08	3,088	7,95
Жаркое из птицы		316	150/30	14.36	15.71	29.28
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый		180	242	4.209	9.86	34.08
Капуста цветная отварная		180	114	5,42	6,04	9,106
Рис отварной		180	269	4,60	6,52	48,017
Макароны отварные		180	208	6.48	4.64	35.16
НАПИТКИ		200/8	32			7,98
Компот из яблок		200	49	0,080	0,080	11,94
Чай с сахаром		200/8	32			7.98
Хлеб ржано - пшеничный		20/20	44	1	0.2	9
	89					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru