

Меню

6 декабря	Стой-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		120	47	0,4	0,4	9,8
Салат бар: огурцы свежие		35/35/5	57	0,63	5,10	2
помидоры свежие						
масло растительное						
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Суп картофельный с вермешелью курицей, зеленью суш.		250/10/1	123	2,86	3,04	20,87
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины		75	175	11,34	11,50	6,64
Мясо тушёное		45/45	215	14,29	16,47	2,29
Рыба запечёная с сыром соусом переменка		100/10/10	201	20,66	11,30	3,93
Котлеты рубленые из птицы		80	233	13,34	15,74	10,94
Плов из птицы		40/160	426	15,44	19,29	45,88
ГАРНИРЫ						
Капуста тушёная		180	159	4,24	7,43	18,03
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
Макаронны отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
Рис отварной		180	269	4,60	6,52	48,017
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Напиток из замороженной клюквы		200	40			9,98
Калькулятор						
Зав. производством						
Хлеб ржано-пшеничный		15/15	35	1,14	0,12	7,38

8(800)234-33-88
poelidovolen.ru

