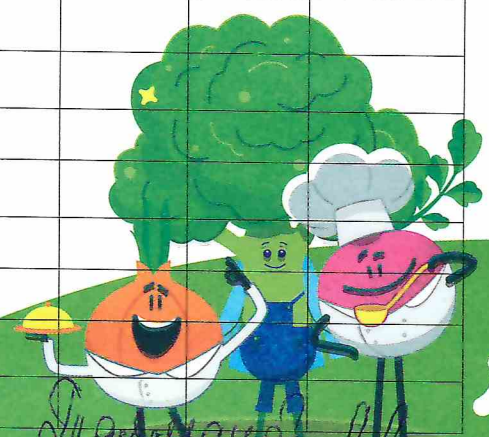
Меню

7 МАРТА						
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		120	47	0,4	0,4	9,8
Салат из свежих огурцов		100	64	0,66	6,08	1,80
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми курицей ,зеленью суш.		250/15/1	151	5,87	5,54	19,28
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Мясо тушёное		45/45	215	14,29	16,47	2,29
Котлеты рубленые из птицы		80	233	13,34	15,74	10,94
Плов с куриными грудками		40/160	426	15,44	19,29	45,88
Кыстыбый с картошкой		170/5	306	6,49	11,99	42,14
Рыба запечённая с сыром ,соусом		100/10/10	212	23,051	11,47	3,93
ГАРНИРЫ						
Макароны отварные		180	254	6,72	6,07	26,14
Рис отварной		180	269	4,601	6,521	48,017
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Напиток из замороженной клюквы		200	40			9,98
Хлеб ржано - пшеничный		15	33	0,75	0,15	6,75
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,12	7,38
	89					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

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



Шаламанов А.А.
Зав. пр. Дмитриева О.А.