

Меню

8Апреля	Стои-ть	Выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,4	0,4	9,8
Салат из свежих огурцов		100	64	0,66	6,089	1,80
Бутерброд с сыром		30/15	131	6,195	4,860	15,420
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем грудками ,сметаной зеленью суп.		250/15/5/1	91	1,81	5,19	8,94
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Чахохбили из кур грудок		40/40	196	11,72	14,01	5,54
Ёжики мясные с рисом		80	191	11,98	13,02	6,57
Рыба запечённая с сыром		80/10	164	18,94	8,39	2,82
Медальоны из куриных грудок с сыром		60/5	235	16,55	18,37	0,69
ГАРНИРЫ						
Рис отварной		150	224	3,83	5,43	40,01
Пюре картофельное		150	146	3,28	4,65	22,02
Овощная смесь		100	80	3,55	3,32	8,88
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
Напиток из урюка		200	79	0,8	0,064	18,46
Хлеб пшеничный		20	44	1,0	0,2	9
Хлеб ржано- пшеничный		20	47	1,52	0,16	9,84
	89					
КОМПЛЕКС Суп + Выпечка						
Щи из свежей капусты со сметаной фрикадельками		250/5/11	229	8,05	5,125	37,690
Калькулятор						
Запеченный сыр		85	340	14,950	17,57	30,16
Чай с сахаром		200/8	32	0,021	0,005	7,989
Хлеб ржано – пшеничный	63	15	33	0,75	0,15	6,75

Директор
Калькулятор
Запеченный сыр

Чай с сахаром 88

Хлеб ржано – пшеничный 63