09 Января	Меню					
	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоко/		120	47	0,4	0,4	9,8
Салат бар: капуста свежая		100	87	1,47	5,09	8,50
морковь свежие						
масло растительное						
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5,0	14,7
ОБЕД						
Борщь с капустой сметаной, с курицей,зеленью суш.		250/10/5/1	103	1,77	5,166	12,3
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Биточки из говядины		75	214	12	14,23	10,87
Чахохбили из птицы		45/45	221	13,18	15,78	6,24
Рыба запечёная с сыром		80/10	144	17,03	7,09	2,82
Гуляш из говядины		40/40	185	12,15	14,14	2,27
Птица запечённая		90	298	24,02	22	0,87
Жаркое из птицы		40/160	301	14,6	14,02	29,09
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное		180	159	4,24	7,43	18,03
Рис отварной		180	269	4,6	6,52	48,017
Каша гречневая вязкая		180	171	4,15	5,56	26,14
НАПИТКИ						
Чай пак. с сахаром		200/8	32			7,98
Напиток из вишни		200	48	0,120	0,030	11,57
Хлеб ржано-пшеничный		15	33	0,750	0,150	6,75
Хлеб пшеничный		15	35	1,14	0,120	7,38

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

Салманов А.Л.
зав. пр. Амброс И.А.