

# Меню

29 ноября		Стоимость	Выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
<b>Свободный выбор</b>							
<b>Холодные закуски</b>							
Фрукты свежие		100	47	0,4	0,4	9,8	
Салат Прага		80	113	5,8	8		
Салат Фунчоза		60	69	0,88	3,13	8,4	
Салат бар		100	93	1,9	6,2	7	
помидоры		40					
Капуста св		40					
Горошек зеленый		10					
сухарики		5					
Масло растит		5					
Суп картофельный с горохом гренками кур грудками зеленью		25//10//10/ 1	219	9,4	8,4	26,4	
<b>Вторые блюда</b>							
Биточки из говядины		80	187	12,1	12,3	7,1	
Гуляш из говядины		45/45	208	13,7	15,9	2,6	
Птица запеченная		100	332	26,7	24,5	1	
Шашлык из куриных грудок		80	201	17,1	17,2	1,2	
Жаркое из птицы		50/150	296	16,2	15,8	22	
Рыбный киш		170	510	22,9	24,48	32,53	
<b>ГАРНИРЫ</b>							
Каша гречневая вязкая		180	173	4,2	5,6	26,41	
Макаронные изделия отварные		180	248	6,8	5,4	43,1	
Картофель запеченный		150	202	4,21	9,9	34,1	
Овощная смесь отварная		100	80	3,6	3,3	8,9	
Директор							
Калькулятор		200/8	32				
Зав. производством		200	128	1	0,1	30,56	
Чай с сахаром		200	49	0,08	0,1	11,9	
Напиток из урюка		200	49	0,08	0,1	11,9	
Напиток из свеж яблок		200	49	0,08	0,1	11,9	
Хлеб сельский пшеничный	79,00	15/15	68	2,14	0,3	16,38	

