

# Меню



14 ноября		Стои- ть	выход	ккал	белки	жир ы	Угл-ды
<b>Свободный выбор</b>							
<b>Холодные закуски</b>							
Плоды св яблоки			100	47	0,4	0,4	9,8
Салат Каприз			75	107	2	9	4,2
Яйцо под соусом Переменка с зелен горошком			48//10//5	132	6,69	11,27	1,4
Салат бар			100	97	2	6,2	8,5
Огурцы св			40				
Капуста белокачанная			40				
Кукуруза консер			10				
сухарики			5				
Масло растит			5				
зелень			0,5				
Щи с кур грудками сметаной зеленью			250//10//10 //1	135	4,5	8,8	9,3
<b>Вторые блюда</b>							
Гуляш из филе грудок индейки			45/45	166	10,04	12,6	2,1
Грудка куриная запеченная с сыром и томатом			70/5	241	19	18,1	0,3
Рыба по Итальянски с сыром			80/5	149	17,6	10,9	3,6
Соус мясной Смак			100	130	8,4	8,5	4,9
Ежики мясные с рисом			80	191	12	13	6,57
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая вязкая			180	173	4,2	5,6	26,41
Пюре картофельное			180	175	3,93	5,58	26,43
Овощная смесь отварная			100	80	3,6	3,3	8,9
Рис отварной			180	269	4,6	6,52	48,01
<b>Напитки</b>							
Чай пакетированный с сахаром			200//8	32			8
Напиток лимонный			200	61	0,14	0,02	14,45
Напиток из шиповника			200	46	0,14	0,02	11,45
Хлеб ржано-пшеничный			15/15	68	1,89	0,4	18,84
Зав. производством							
			79.00				

Директор  
 Калькулятор  
 /пшеничный  
 Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

