

# Меню

22 марта	Стоить	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
<b>Свободный выбор</b>						
<b>Холодные закуски</b>						
Десерт фруктовый		90	42	0,4	0,4	9,8
Салат бар		35/35/5	57	0,63	5,1	2
Огурцы св		35				
Помидоры св		35				
Масло растит		5				
Горячий бутерброд		30/15	131	6,2	4,9	15,4
Борщ с курицей сметаной с зеленью		250/10//5 // 1	139	4,43	8,8	12,66
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты рубленые из птицы		80	233	13,35	15,74	10,9
Говядина тушеная		45 /45	215	14,3	16,5	2,3
Биточки из говядины		75	175	11,3	11,53	6,6
Рыба по Московски		80/20	220	20.02.24	14,5	1,9
Плов с птицей		40/160	426	11,4	11,5	29,1
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Каша гречневая вязкая		180	173	4,2	5,6	26,41
Рис отварной		180	269	4,6	5,4	43,1
Капуста тушеная		180	160	4,32	7,4	18,24
Макароны отварные		180	248	6,8	5,4	43,1
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай с сахаром лимоном		200//8/5	34			8
Напиток из шиповника		200	41	0,01		10,2
Хлеб сельский пшеничный	<b>79.00</b>	15/15	68	2,14	0,3	16,38

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



*С. С. Сидорова*  
*С. С. Сидорова*

