Меню

22 апреля

Свободный выбор	Стои-ть	выход		ккал	белки	жиры	Угл-ды
Холодные закуски							
Десерт фруктовый св яблоки		90		42	0,4	0,4	8,8
Горячий бутерброд с сыром		30/15		145	7,51	6,19	15,42
Салат бар		100		57	2	6,2	8,1
Капуста пекинская		77					
Огурцы св		18					
Масло растит		5					
Овощи натуральные соленые огурцы		35		5	0,28	0,04	0,6
Суп крестьянский с курицей зеленью		250//10//1		125	4,3	7,4	10,32
Вторые блюда							
Люля кебаб		90		202	13	14,9	3,7
Рыба с сыром соусом переменка		60//5//5		139	19,8	14,1	1,9
Гуляш из говядины		40/40		185	10,4	20,1	0,8
Плов с птицей		40/160		426	15,5	19,3	46
Гарнир							
Каша гречневая вязкая		180		173	4,2	5,6	26,41
Рис отварной		180		269	4,6	6,52	48
Макаронные изделия отварные		180		248	6,8	5,4	43,1
Капуста тушеная		180		159	4,24	7,43	18,03
Напитки							
Чай с сахаром лимоном		200 //8 5		34	0,05		8,13
Напиток из шиповника		200		41	0,1	0,1	26,4
Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный		15/ 15		68	1,89	0,36	21,1
	79 00						

Палмонов ИП

Кременова ЮН