

Меню

12 января		Стоить	Выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
Свободный выбор							
Холодные закуски							
Плоды св		100	47	0,4	0,4	9,8	
Бутерброд с сыром		25/15	131	6,2	4,9	15,4	
Салат бар		100	75	1,5	5,1	5,5	
Капуста св		50					
Морковь св		45					
Масло растит		5					
Борщ со сметаной		250//5	111	4,43	8,8	12,66	
Вторые блюда							
Котлеты мясо -картофельные		90	179	12,3	11,1	8,3	
Рыба запеченная с сыром		70/5	175	17,5	10,6	2,5	
Гуляш из говядины		45/45	208	13,7	15,9	2,6	
Шашлык из кур грудок		80	201	13,41	14,51	7,12	
Сосиски отварные		100	226	10,4	20,1	0,8	
Гарниры							
Каша гречневая вязкая		180	173	4,2	5,6	26,41	
Пюре картофельное		150	146	4,32	7,4	18,24	
Макароны отварные		180	248	6,8	5,4	43,1	
Рагу овощное		180	178	3,36	6,52	48,01	
Напитки							
Чай с сахаром		200//8	32	0,05		8,13	
Напиток из шиповника		200	41	0,08	0,1	11,9	
Хлеб сельский /пшеничный		20/15	79	3,15	0,5	19,45	
	79.00						

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

