

Меню сентября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Помидоры	60	0.66	0.12	2.25	14
Блинчики со сгущ молоком	45/10	2.19	2.52	13.5	85
Вторые блюда					
Котлеты аппетитные с соусом том	80/10	9.1	11.08	0.2	137
Гарниры					
Макароны отварные	180/5	6.77	9.0	43.13	281
Напитки					
Хлеб ржано-пшен/пшеничный	20/20	2.52	0.17	18.84	89
Чай с сахаром	200/8	0.13	0.02	11.15	46

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню 7 сентября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Ассорти овощное	40/40/5	0.9	5.15	2.85	62
Яблоки	120	0.48	0.48	11.75	56
Салат из белокач капусты	100	1.29	10.1	3.61	111
Вторые блюда					
Гуляш из филе грудок индейки	45/45	14.6	15.3	3.2	209
Плов с говядиной	40/150	10.4	20.0	40	413
Рыба запеченная	75	18.5	10.6	3.5	182
Гарниры					
Овощная европейская смесь	80	3.9	3.6	8.8	80
Картофель запеченный	150	3.5	8.2	28.4	202
Напитки					
Хлеб ржано-пшен/пшеничный	20/20	2.52	0.17	18.84	89
Чай с сахаром	200/8	0.13	0.02	11.15	46

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

