

Меню 10 апреля

Младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Огурцы свежие	25	0.17	0.02	0.47	3
Вторые блюда					
Ежики мясные с рисом в том соусе 60/40	9.56	10.92	9	170	
Гарниры					
Макароны отварные	150	5.64	4.46	35.94	207
Напитки					
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0.06	0.01	7.34	31
Вафли весовые	2/40	3.26	2.24	21	118
Хлеб ржано-пшеничный	25	1.25	0.25	11.25	55

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню 10 апреля

Старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Салат итальянские каникулы	70	1.8	5.9	4.9	80
Огурцы свежие	60	0.42	0.1	1.14	7
Вторые блюда					
Грудки куриные зап с сыром	70/5	19	18.1	0.3	241
Голень куриная зап в слив маринаде	90	22.7	33.0	1.8	391
Лазанья с мясом	190	21.7	20.8	36.8	493
Грудка кур в том соусе	50/50	9.9	10.6	3.6	150
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	180	4.2	5.6	26.41	173
Капуста тушеная	150	3.6	6.2	15.2	133
Напитки					
Чай с сахаром	200/8	0.06	0.01	7.34	31
Хлеб ржано-пшеничный	15	0.75	0.15	6.75	33
Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

