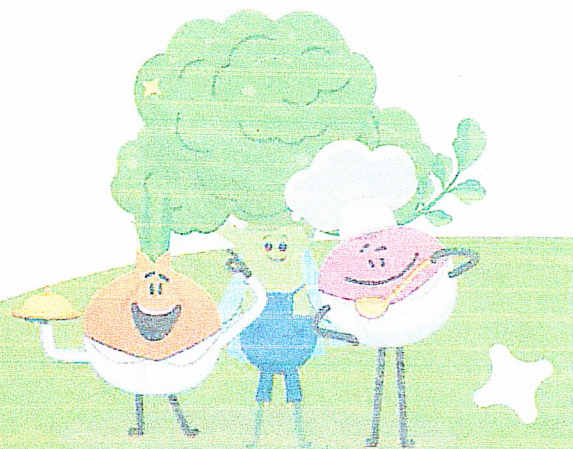


# Меню 14 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
<b>Комплекс за 55 рублей</b>					
Ежики мясные	60/30	9,4	9,9	8,5	161
Спагетти отварн	150	5,6	5,06	35,89	212
Напиток лимонный	200	0,14	0,16	14,4	61
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77



Осуществите  
заказ  
по телефону  
8 (800) 234-3377  
или на сайте  
poelidovolen.ru



# Меню 14 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

## Свободный выбор по 79 рублей

### Холодные закуски

Салат из белокачанной капусты 100 1,55 5,08 9,4 91

### Вторые блюда

Ежики мясные 60/30 9,4 9,9 8,56 161

Шашлык из птицы 100 24,04 23,455 1,281 311

Рыба запеченая с сыром 70/5/5 17,47 10,62 2,67 176

### Гарниры

Макароны отварные 180 6,8 5,4 43,1 248

Овощная смесь 100 3,55 3,3 8,88 80

### Напитки

Чай пакет с сахаром 200/8 7,9 32

Хлеб ржано-пшеничный 20/20 2,52 0,36 18,84 91

