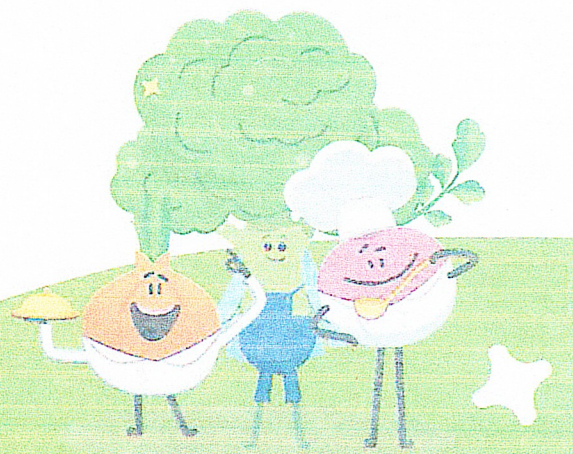


# Меню 15 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
<b>Комплекс за 55 рублей</b>					
Яблоки	120	0,48	0,48	11,7	56
Сосиски отварные	50	5,7	7,8	4,4	113
Каша гречн рассып	130	3	4,0	19,1	125
Компот из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,5	0,30	13,5	77



Директор  
Зав. складом  
poelidovoi.en.ru



# Меню

## Меню 15 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

**Свободный выбор по 79 рублей**

### Холодные закуски

Салат из квашенной капусты 100 1,63 5,08 7,720 86

### Вторые блюда

Голень запеченная 90 22,79 32,60 2,15 393

Рыба запеченная с сыром 75/25 18,60 11,20 2,64 186

Сосиски отварные 100 11,4 15,71 8,80 222

### Гарниры

Спагетти отварные 180 6,72 6,1 43,1 254

Рис отварной 180 4,6 6,5 48,01 269

### Напитки

Чай пакет с сахар и лимон 200/8/5 0,045 0,005 8,134 34

### Хлеб

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

