

# Меню мая

Младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Огурцы соленые	20	0.22	0.04	0.76	5
<b>Вторые блюда</b>					
Грудка куриная по-французски	170	16.06	17.20	35.96	363
<b>Гарнир</b>					
<b>Напитки</b>					
Чай с сахаром ,лимоном	180/7/5	0.06	0.01	7.34	31
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20	2.77	0.5	21.1	102

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню мая

Старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Огурцы свежие	60	0.42	0.1	1.14	7
<b>Вторые блюда</b>					
Рыба запеченная с сыром	80/5/10	19.5	13.0	0.4	197
Шашлычок из кур грудок	90	17.1	17.2	1.20	226
Гуляш из кур грудок	60/60	17.5	18.3	3.9	251
<b>Гарнир</b>					
Пюре картофельное	180	3.94	5.6	26.46	175
Каша гречневая рассыпчатая	180	7.95	6.5	50.2	291
Овощная смесь	120	4.68	4.32	10.56	96
<b>Напитки</b>					
Чай с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	25/20	2.77	0.5	21.1	102

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

