

Меню 16 сентября

Горячее питание младшие классы

| | Выход | белки | жиры | УГЛЕВОД | ккал |
|---------------------------|-------|-------|------|---------|------|
| Холодные закуски | | | | | |
| Блинчики со сгущ. молоком | 45/10 | 2.19 | 2.52 | 13.5 | 85 |
| Салат из витаминный | 60 | 0.63 | 6.04 | 9.34 | 95 |
| Вторые блюда | | | | | |
| Биточки рыбные с соусом | 65/25 | 9.25 | 7.08 | 2.05 | 115 |
| Гарниры | | | | | |
| пюре картофельное | 150 | 3.5 | 4.96 | 23.49 | 155 |
| 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
 Директор
 Калькулятор
 Зав. производством



8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню 16 сентября

Горячее питание старшие классы

| | Выход | белки | жиры | УГЛЕВОД | ккал |
|--------------------------------------|-------|-------|------|---------|------|
| Холодные закуски | | | | | |
| помидоры свежие порц | 100 | 1.1 | 0.2 | 3.8 | 24 |
| Салат и белок капусты | 100 | 1.55 | 5.1 | 9.41 | 91 |
| Яблоки | 120 | 0.48 | 0.48 | 11.76 | 56 |
| Вторые блюда | | | | | |
| Говядина со стручковой фасолью 40/50 | | 24.5 | 25.4 | 2.22 | 274 |
| Рыба запеченая с сыром соусом 75/5/5 | | 20.2 | 14.5 | 3.5 | 182 |
| Шашлычок из кур груд | 80/10 | 14.5 | 14.2 | 6.91 | 211 |
| Картофель туш с мяс фаршем | 160 | 11.9 | 13.5 | 22 | 258 |
| Гарниры | | | | | |
| Рис отварной | 180 | 4.6 | 6.5 | 48 | 269 |
| Напитки | | | | | |
| Хлеб ржано-пшен/пшеничный 20/20 | | 2.52 | 0.17 | 18.84 | 89 |
| Чай с сахаром | 200/8 | 0.02 | 0.01 | 7.99 | 32 |

Директор
Калькулятор
Зав. производством
Директор

8(800)234-33-88

Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Алматы»

@depta.kzn

