

Меню

Меню 17 декабря

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

Свободный выбор по 89 рублей

Холодные закуски

Салат квашенная капуста	100	1,59	5,09	8,24	88
Бутерброд с сыром	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47

Вторые блюда

Рыба запеч с сыром,соусом	90/5/5	19,68	7,060	3,37	156
Птица отварная	100	23,992	20,61	0,32	283
Гуляш из индейки	45/45	9,102	7,346	1,83	110

Гарниры

Макароны отварн	180	6,48	4,62	35,16	208
Капуста брокколи	180	5,59	6,195	7,99	55
Пюре картофельное	180	3,93	5,58	26,43	175
Каша полбяная рассыпчатая	180	6,46	7,32	34,94	231

Напитки

Кисель из концентрата	200			13,10	53
-----------------------	-----	--	--	-------	----

Хлеб

Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,20	9,00	44
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47

Директор _____

Зав.произв _____



Меню

Меню 17 декабря

		Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Комплекс за 63 рублей						
Бифштекс рубленый	70/20	10,68	15,11	9,02	211	
Спагетти отварные	150	6,601	5,068	35,89	212	
Чай с сахаром	200/8	0,021	0,005	7,98	32	
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	77	

Директор _____

Зав.произв _____

