

# Меню 18 октября

Горячее питание МЛАДШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	60	0.42	0.06	1.14	7
ЯБЛОКИ	120	0.48	0.48	11.76	56
<b>Вторые блюда</b>					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	40/120	12.63	15.18	36.16	332
<b>Гарниры</b>					
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.14	0.12	7.38	35
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.10	0.10	20.40	83

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню 18 октября

Горячее питание СТАРШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
ЯБЛОКИ	120	0.48	0.48	11.76	56
САЛАТ ИЗ СВ ПОМИДОРОВ	100	1.05	6.18	3.61	77
<b>Вторые блюда</b>					
ШАШЛЫЧОК ИЗ КУР ГРУДОК	90	17.2	15.4	1.10	210
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	70/5/5	17.5	10.6	2.7	175
ЦЫПЛЯТА ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	24.03	22.1	0.9	299
<b>Гарниры</b>					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6.77	5.36	43.14	248
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4.21	7.4	18	159
РИС ОТВАРНОЙ	180	4.6	6.5	48.01	269
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	25	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.14	0.12	7.38	35
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0.05		8.13	34

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

