

# Меню 20 декабря

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
<b>Комплекс за 55 рублей</b>					
Запеканка картоф с мясом	170/5	12,3	19,2	23,5	172
Чай с сахаром, лимон	200/8/5	0.07	0.01	8,1	34
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	71



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

# Меню

## Меню 20 декабря

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

### Свободный выбор по 79 рублей

#### Холодные закуски

Салат бар	100	2,2	6,2	10,9	109
Морковь свежая	40				
Свекла отварная	40				
Кукуруза консерв	10				
Сухарики пшеничные	5				
Масло растительное	5				

#### Первые блюда

Суп картофельный с горохом	250/10/11	7	6,3	26,4	191
----------------------------	-----------	---	-----	------	-----

#### Вторые блюда

Рыба запеченная	90	20,8	11,9	3,9	205
Сосиски отварные	100	10,4	20,1	0,8	226
Медальоны куринные	70/5	19,1	19,1	2,5	260

#### Гарниры

Каша гречневая	180	4.2	5.6	26.41	173
Овощная смесь	120	4,68	4,32	10,56	96
Картофель запеченный	150	3,51	8,25	28,42	202

#### Напитки

Чай с сахаром	200/8				
---------------	-------	--	--	--	--

Хлеб ржано-пшеничный	15/15	1,89	0.25	14,13	68
----------------------	-------	------	------	-------	----