

Меню мая

Младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Огурцы соленые	20	0.22	0.04	0.76	5
Вторые блюда					
Рагу из кур грудок	50/150	13.04	15.22	28.20	302
Гарнир					
Напитки					
Кисель из концентрата	180			11.80	47
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню 143 мая

Старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Салат столичный	80	5.3	12.9	5.4	159
Вторые блюда					
Рыба запеченная с сыром	80/5/10	19.5	13.0	0.4	197
Грудки куриные по-французски	200	18.9	32.1	18.8	441
Цыплята запеченные	140	37.4	34.2	1.4	464
Гуляш из кур грудок	50/50	14.6	15.3	3.23	209
Гарнир					
Капуста тушеная	180	4.32	7.4	18.24	160
Рис отварной	180	4.6	6.5	48	269
Напитки					
Чай с сахаром	180/7	0.06	0.01	7.34	31
Хлеб ржано-пшеничный	15	0.75	0.15	6.75	33
Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

