

Меню 23 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

Свободный выбор по 79 рублей

Холодные закуски

Салат бар	100	1,5	5,1	4,6	72
Капуста квашенная	50				
Морковь свежая	45				
Масло растительное	5				

Первые блюда

Щи из свеж капусты	250/10	2	6,7	12,7	120
--------------------	--------	---	-----	------	-----

Вторые блюда

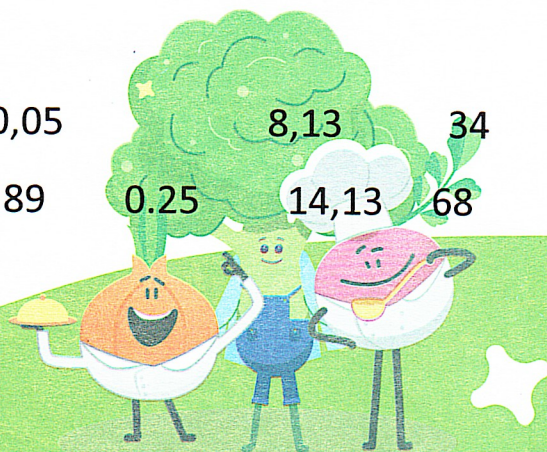
Рыба запеч с сыром	80/5/10	19.5	13.0	0.4	197
Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
Голень запеченная	80	18,20	18,40	0,50	241

Гарниры

Спагетти отварные	180	6,72	6,1	43,1	254
Капуста тушеная	180	4,32	7,4	18,24	160
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269

Напитки

Чай с сахаром, лимон	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный	15/15	1,89	0.25	14,13	68



Меню 23 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Комплекс за 55 рублей					
Ежики мясные с рисом	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Спагетти отварные	180	6,7	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте	200	0,14	0,0	11,15	48
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33



Директор
Зав. группой *Том*



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

Меню на 23 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Жаркое по-домашнему	40/160	11.24	14.5	28.83	291
Напиток из урюка	200	0.80	0.06	18.46	79
Хлебная корзинка(хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшеничный)	20/20	2.52	0.36	18.84	91

Директор
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

Меню на 23 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Ежики мясные с рисом в соусе том 60/40	9.57	10.4	9.23	169	
Спагетти отварные	180	6.7	6.1	43.1	254
Сок в ассортименте	200	1.35	0.27	12.15	59
Хлеб пшеничный)	35	2.66	0.28	17.2	82

*Директор
Зав. производством*



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

