

# Меню ЯНВАРЯ

## Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные Закуски</b>					
Блинчики со сгущ молоком	45/10	3.19	2.52	13.5	85
<b>Вторые блюда</b>					
Биточки рыбные с сол огурцом	65/25	9.5	8.3	2.05	115
<b>Гарниры</b>					
Пюре картофельное с маслом	150/5	3.28	4.66	22.03	148
<b>напитки</b>					
кисель из концентрата	200				
хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35

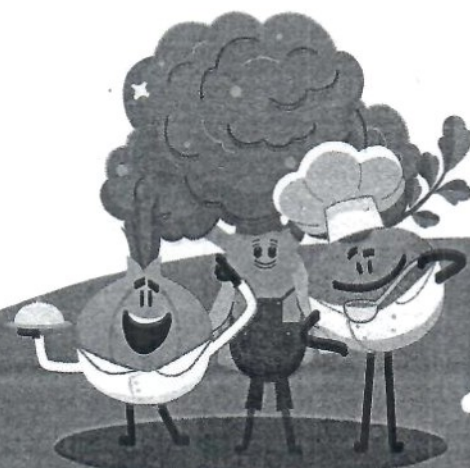
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



# Меню ЯНВАРЯ

## Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные Закуски</b>					
Винегрет овощной	100	1.22	10.16	7.17	126
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
<b>Вторые блюда</b>					
Рыба запеченая с сыром	75/5/5	17.5	10.6	2.7	175
Гуляш из говядины	50/50	15.2	17.7	2.84	231
Шашлычок из кур грудок	80/5	19.6	26.8	1.51	324
<b>гарниры</b>					
пюре картофельное	150	3.28	4.7	22.03	146
<b>Напитки</b>					
Компот из зам комп смеси	200	0.14	0.00	11.15	46
<hr/>					
хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.52	0.16	9.84	47

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

