

Меню 29 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Комплекс за 55 рублей					
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Сосиски отварные	1шт/50	5,2	10,1	0,4	113
Каша гречневая	150/5	3,5	8,3	22,01	177
Напиток из черной смород	200	0,14	0,0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню 29 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

Свободный выбор по 79 рублей

Холодные закуски

Яблоки 100 0,4 0,4 9,8 47

Первые блюда

Суп картофельный 250 3,84 4,0 15,94 116

Вторые блюда

Ежики мяс. с рисом в соусе 60/40 9,57 10,4 9,23 169

Рыба по московский 75/20 19,1 14,1 1,9 212

Голень куринная 90 22,7 30,4 1,80 371

Гарниры

Каша гречневая 180 4,2 5,6 26,41 173

Рис отварной 180 4,6 6,5 48 269

Овощная смесь 100 3,6 3,3 8,9 80

Напитки

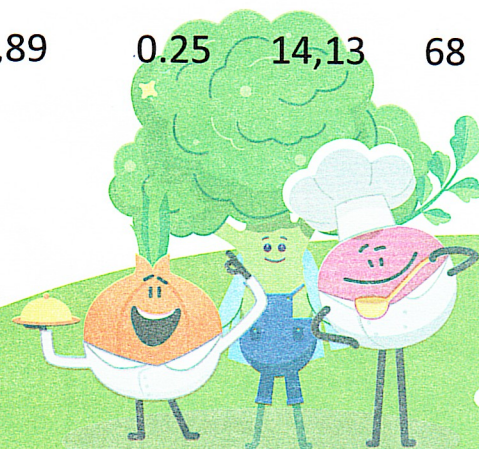
Чай с сахаром, лимон 200/8 0,05 8,13 34

Хлеб

Хлеб ржано-пшеничный 15/15 1,89 0,25 14,13 68



8(800)234-33-86
poelidovolen.ru



Меню

Меню на 29 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Салат из моркови	60	0.7	3.05	6.72	58
Ежики с мясом и рисом в соусе том	60/40	9.56	10.42	9.23	169
Макароны изделия отварные	150	5.64	4.46	35.94	207
Чай с сахаром	200/8	0.02		7.99	32
Хлебная корзинка(хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшеничный)	20/20	2.52	0.36	18.84	91

Директор
З.В. Крутовская



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Меню на 29 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Суп картофельный с мяс. фрикад 200/11	3.84	4.0	15.94	116	
Корж молочный	50	3.5	6.20	35.0	211
Сок фруктовый разливной	200	1.35	0.27	12.15	59
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.7	94

Директор
Зав. производств



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

