

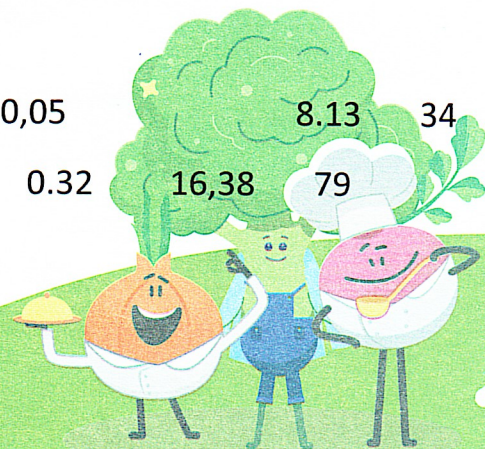
Меню 31 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Свободный выбор по 79 рублей					
Холодные закуски					
Салат бар	100	2,2	6,2	10,9	109
Морковь свежая	45				
Капуста свежая	50				
Масло растительное	5				
Первые блюда					
Суп рассольник	250/5	2,56	6,9	17,26	134
Вторые блюда					
Рыба запеченная	90	20,8	11,9	3,9	205
Гуляш из индейки	50/50	10,0	12,56	2,11	162
Медальоны куринные	70/5	14,6	17,3	0,82	218
Гарниры					
Каша гречневая	180	4.2	5.6	26.41	173
Овощная смесь	120	4,68	4,32	10,56	96
Макароны отварные	180	6,8	5,4	43,1	248
Напитки					
Чай с сахаром, лимон	200/8/5	0,05		8.13	34
Хлеб ржано-пшеничный	20/15	2,14	0.32	16,38	79



8(800)234-33-88
poelidovolen.ru

Директор
Зав. просв. ТМ



Меню 31 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

Комплекс за 55 рублей

Ежики мясные с рисом в соусе	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Картофель запеченный	150	3,5	8,2	28,4	202
Чай с сахаром	200/8	0.07	0.01	8,1	34
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55



Директор
8(800)234-33-88
Зав. цехом
poelidovolen.ru

