

Меню 5 октября

Горячее питание МЛАДШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0.33	1.1	1.34	17
Вторые блюда					
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ С СОУС	80/10	8.1	10.80	0.2	128
Гарниры					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.60	5.06	35.91	212
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35
КОМПОТ ИЗ ЗАМ КРЫЖОВНИКА	200	0.17		17.44	71
БЛИНЧИКИ СО СГУЩ МОЛОКОМ	45/10	2.19	2.52	12.5	79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню 5 октября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Ассорти овощное	40/40/5	0.9	5.15	2.85	62
Вторые блюда					
Плов с говядиной	40/160	11.9	15.0	42.76	357
Рыба запечен	80	17.5	10.6	2.7	175
Гуляш из индейки	50/50	14.6	15.3	3.23	209
Гарниры					
Картофель запеченный	150	3.5	8.2	28.4	202
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	15	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35
Чай с сахаром	200/8			8	32

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

