

# Меню

## Меню 6 ДЕКАБРЯ

### Горячее питание младшие классы

|                          | Выход  | белки | жиры  | УГЛЕВОД | ккал |
|--------------------------|--------|-------|-------|---------|------|
| <b>Холодные Закуски</b>  |        |       |       |         |      |
| яблоки                   | 100    | 0.4   | 0.4   | 9.8     | 47   |
| блинчики со сгущ молоком | 45/10  | 3.19  | 2.52  | 19.5    | 114  |
| <b>Вторые блюда</b>      |        |       |       |         |      |
| ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ          | 40/140 | 11.77 | 12.05 | 22.53   | 250  |
| <b>Гарниры</b>           |        |       |       |         |      |
| <b>Напитки</b>           |        |       |       |         |      |
| КОМПОТ ИЗ ЗАМ КОМП СМЕСИ | 200    | 0.13  | 0.02  | 11.15   | 46   |
| <hr/>                    |        |       |       |         |      |
| 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

## МЕНЮ 6 ДЕКАБРЯ

### Горячее питание СТАРШИЕ классы

|                              | Выход  | белки | жиры  | УГЛЕВОД | ккал |
|------------------------------|--------|-------|-------|---------|------|
| <b>Холодные Закуски</b>      |        |       |       |         |      |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ   | 100    | 1.6   | 5.1   | 8.24    | 88   |
| <b>Вторые блюда</b>          |        |       |       |         |      |
| ШАШЛЫЧОК ИЗ КУР ГРУДОК       | 90/10  | 22    | 30.1  | 1.70    | 365  |
| РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ СОУС | 70/5/5 | 17.5  | 10.6  | 2.7     | 175  |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ  | 70/40  | 10.2  | 10.8  | 8.5     | 173  |
| <b>Гарниры</b>               |        |       |       |         |      |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ               | 180    | 4.2   | 5.6   | 26.41   | 173  |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ            | 180    | 3.94  | 5.6   | 26.46   | 175  |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ              | 180    | 4.21  | 7.4   | 18      | 159  |
| <b>Напитки</b>               |        |       |       |         |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ                | 200/8  | 0.02  | 0.001 | 7.9     | 32   |
| хлеб ржано-пшеничный         | 20     | 1.14  | 0.12  | 7.38    | 35   |
| хлеб пшеничный               | 20     | 1.14  | 0.12  | 7.38    | 35   |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

