

# Меню октября

Горячее питание МЛАДШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВ	60	0.85	3.65	5.02	56
<b>Вторые блюда</b>					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	40/150	12.53	12.78	37.50	315
<b>Гарниры</b>					
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧЫЙ	15	1.14	0.12	7.38	35
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/7	0.11	0.01	8.29	35

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

## Меню 7 октября

Горячее питание СТАРШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные закуски</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕЖ ПОМИДОР	100	1.05	6.2	3.6	77
ЯБЛОКИ	120	0.48	0.48	11.76	56
<b>Вторые блюда</b>					
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	70/5/5	17.5	10.6	2.7	175
КОТЛЕТЫ ШКОЛЬНЫЕ	80	11.8	13.6	7.91	200
ГУЛЯШ ИЗ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	50/50	14.5	15.3	3.23	209
<b>Гарниры</b>					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.94	5.6	26.46	175
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧЫЙ	15	1.14	0.12	7.38	35
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0.11	0.01	8.29	35

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

