

Меню 8 декабря

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

Свободный выбор по 79 рублей

Холодные закуски

Салат бар	100	2,21	6,1	9,6	103
Капуста свежая	40				
Морковь свежая	40				
Горошек зел консер	10				
Сухарики из пшен хлеба	5				
Масло растит	5				

Первые блюда

Борщ с капустой и картоф	250/10/11	2,04	6,7	12,66	119
--------------------------	-----------	------	-----	-------	-----

Вторые блюда

Шашлык из кур грудок	80	15,2	10,6	2,5	175
Гуляш из говядины	90	12,3	11,1	8,3	179
Рыба запечен с сыром	70/5	17,5	10,6	2,5	175

Гарниры

Макароны отварные	180	6,8	5,4	43,1	248
Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
Каша гречневая	180	4,2	5,6	26,41	173

Напитки

Чай с сахаром	200/8			8,13	34
---------------	-------	--	--	------	----

Хлеб ржано-пшеничный	20/15	2,14	0,32	16,38	79
----------------------	-------	------	------	-------	----

8(800)204-35-05

poelidovolen.ru

Директор
Зав. прощ.



Меню 8 декабря

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Комплекс за 55 рублей					
Котлеты мясо картофель	90	12,3	11,1	8,3	179
Рис отварной	100	2,6	3,6	26,7	150
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Директор
зав. производством

