

# Меню

## Меню на 13 октября

|                               | Выход | белки | жиры | углевод | ккал |
|-------------------------------|-------|-------|------|---------|------|
| Щи из свежей капусты с картоф | 200   | 1.54  | 4.15 | 7.15    | 73   |
| Эч-почмак с говядиной         | 100   | 10.3  | 10.0 | 34.4    | 272  |
| Компот из св яблок            | 200   | 0.08  | 0.08 | 11.9    | 49   |
| Хлеб ржано – пшеничный        | 20    | 1.0   | 0,2  | 9       | 44   |

Директор

М.В. Идрисов



ДЕПАРТАМЕНТ  
П ИТАНИЯ

20  
ЛЕТ

8 (800) 234-33-88  
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ

# Меню

## Меню на 13 октября

|                            | Выход | белки | жиры  | углевод | ккал |
|----------------------------|-------|-------|-------|---------|------|
| Помидоры свежие            | 60    | 0.66  | 0.12  | 2.28    | 14   |
| Тефтели кур лакомка        | 60/30 | 9.36  | 12.8  | 6.21    | 178  |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150   | 6.62  | 5.39  | 41.8    | 242  |
| Чай с сахаром              | 200/8 | 0.02  | 0.005 | 7.98    | 32   |
| Хлеб пшеничный             | 20    | 1,5   | 0,16  | 9,8     | 47   |
| Хлеб ржано-пшеничный       | 20    | 1.0   | 0.2   | 9.0     | 44   |
| Оладьи со сгущ. молоком    | 40    | 0.9   | 1.96  | 6.75    | 48   |

*Директор*  
*М. И. Уфимов*



ДЕПАРТАМЕНТ  
П ИТАНИЯ

20  
ЛЕТ

**8 (800) 234-33-88**  
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ ПИТАНИЯ