

Меню

27 сентября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат из белокачанной капусты	60	0.93	3.05	5.64	54
Вторые блюда					
Жаркое из птицы	40/120	11.77	12.05	22.53	246
Гарниры					
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
Чай с сахаром	200/8	0.01		10.17	41

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню 27 сентября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат из св помидор	100	1.11	6.18	4.62	81
Салат мечта	100	2.08	15.24	6	170
Вторые блюда					
Бифштекс по-домашнему	80/20	12.3	11.9	8.9	189
Шашлычок из кур грудок с соус	80/10	13.8	17.9	1.40	221
Рыба по-итальянски	75/5	13.8	8.2	3	141
Тефтели из говядины	70/40	10.2	10.8	8.5	173
Гарниры					
Пюре картофельное	180	3.94	5.6	26.46	175
Каша гречневая рассыпчатая	180	7.95	6.5	50.3	291
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	25	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0.05		8.13	34

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovoln.ru

