

Меню

22 НОЯБРЯ

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные ЗАКУСКИ					
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Вторые блюда					
Жаркое из птицы	40/140	11.77	12.05	22.53	250
Гарниры					
Напитки					
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0.06	0.01	8.14	34
хлеб ржано-пшеничный	25	1.25	0.25	11.25	55
блинчики со сгущ. молоком	45/10	2.19	2.52	13.5	85

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

22 НОЯБРЯ

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные ЗАКУСКИ					
Салат мечта	100	2.08	15.24	6	170
Яблоки	120	0.48	0.48	11.78	56
Вторые блюда					
Шашлычок из кур грудок	90	17.2	15.4	1.10	210
Рыба запеченая с сыром	70/5/5	17.5	10.6	2.7	175
Тефтели из говядины	70/40	10.2	10.8	8.5	173
Гуляш из говядины	50/50	15.2	17.7	2.84	231
Гарниры					
Каша гречневая вязкая	180	4.2	5.6	26.41	173
Пюре картофельное	180	3.94	5.6	26.46	175
Напитки					
Чай с сахаром	200/8	0.02		7.96	32
хлеб ржано-пшеничный	15	1	0.2	9	44
хлеб пшеничный	15	1.67	0.17	10.82	52

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

