

Меню

29 сентября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Сыр порциями	10	2.63	2.66		35
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат из моркови	60	0.63	6.04	9.34	95
Вторые блюда					
Плов из птицы	50/150	12.42	10.01	26.01	244
Гарниры					
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1.52	0.16	9.84	47
Компот из зам комп смеси	200	0.13	0.02	11.15	46

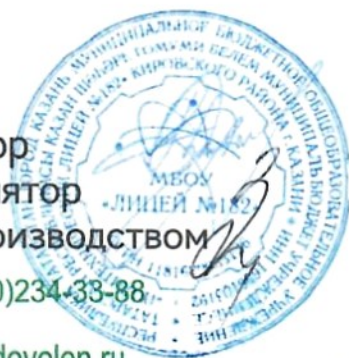
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню 29 сентября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Салат каприз	80	2.2	9.6	4.5	115
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Овощи натуральные огурцы	100	0.7	0.1	1.9	11
Вторые блюда					
Буритос с курицей и сыром	170	20.4	33.3	27.96	496
Гуляш из кур грудок	50/50	14.6	15.3	3.2	209
Рыба запеченая с овощами	75/25	15.8	9.9	2.61	163
Голень запеченая	100	24.5	25.4	2.22	337
Гарниры					
Каша гречневая	180	4.7	5.6	26.41	173
Картофель тушеный	180	3.9	12.7	29.4	249
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	15	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

poelidovolen.ru

