

# Меню



15 АПРЕЛЯ		Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>							
Флоды свежие /яблоко/			100	47	0,4	0,4	9,8
Блинчики со сгущённым молоком			45/10	114	3,19	2,52	19,5
Салат каприз			100	144	2,67	12,047	5,68
Ассорти овощное «помидоры, огурцы» свежие			45/45/10	106	0,81	10,12	2,53
<b>ОБЕД</b>							
Борщ с капустой сметаной ,мясными фрикадельками, гренками			250/10/10/10	103	1,77	5,16	12,3
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>							
Пельмени с маслом			180/5	335	13,04	14,35	38,39
Рыба запечённая с сыром			90/10	180	20,98	9,17	3,17
Гуляш из говядины			50/50	231	15,19	17,67	2,84
Голень куриная в сливочном маринаде			90/10	371	22,73	30,39	1,801
Медальоны из куриных грудок			80/30	465	26,54	38,18	3,55
Плов с куриными грудками			40/160	322	13,43	14,40	34,61
Тефтели «Лакомка»			60/40	176	9,18	11,01	10,13
<b>ГАРНИРЫ</b>							
Картофель запечённый			180	242	4,209	9,86	34,08
Капуста брокколи отварная			180	55	5,59	6,19	7,99
Пюре из бобовых			180	328	21,11	7,46	44,15
Каша гречневая рассыпчатая			180	291	7,94	6,47	50,24
<b>НАПИТКИ</b>							
Компот из свежих яблок			200/8/5	34	0,045	0,005	8,13
Чай пакет. с сахаром			200/8	32			7,98
Хлеб ржано- пшеничный			20	44	1	0,2	9
Хлеб пшеничный			20	47	1,52	0,16	9,84
		93					

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

