

# Меню

16 АПРЕЛЯ	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>						
Плоды свежие /яблоко/		100	47	0,40	0,40	9,8
Горячий бутерброд с сыром		30/15	133	4,51	5	14,7
Салат успех		100	119	4,45	10,54	1,45
Салат из свежих помидор		100	77	1,04	6,18	3,61
<b>ОБЕД</b>						
Суп с горохом ,куриными грудками и гренками		250/10/10	151	5,87	5,54	19,28
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
<b>Котлеты « Аппетитные»</b>		100	239	15,39	16,52	7,99
<b>Буритос с курицей и сыром</b>		180	525	21,58	35,25	29,59
Рыба по «Московски»		100/20	238	23,38	15,08	1,79
Фрикасе из куриных грудок		50/50	330	14,25	29,67	1,601
Птица отварная		100	283	23,99	20,61	0,32
Тефтели «Лакомка»		60/40	176	9,18	11,01	10,13
Макаронник с мясом		180	363	16,664	15,07	40,53
Капуста цветная		180	63	3,01	3,35	5,06
<b>Макароны отварные</b>		180	254	6,72	6,07	43,083
Рагу овощное		180	178	3,36	9,17	20,17
Каша гречневая рассыпчатая		180	291	7,94	6,47	50,24
Чай с сахаром		200/8	32			7,984
<i>Компот из замороженной смеси</i>		200	46	0,13	0,023	11,15
Хлеб ржано- пшеничный		20	44	1	0,2	9
Хлеб пшеничный	93	20	47	1,52	0,16	9,84
<b>КОМПЛЕКС суп+ выпечка</b>						
Хлеб ржано-пшеничный		20	44	1	0,2	9
Суп с бобовыми фрикад.и гренками		250/11/5	151	5,87	5,54	19,28
Суп с гречневой лапшой		100	312	10,7	15,56	31,66
Напиток из шиповника		200/8	41	0,012	0,001	10,17
Хлеб ржано- пшеничный	63	25	44	1	0,200	

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)294-33-88  
paelidovolen.ru

