

Меню



16 ДЕКАБРЯ	Стои-ть	Выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоки/		100	47	0,4	0,4	9,8
Бутерброд горячий с сыром		30/15	131	6,19	4,86	15,42
Салат из моркови с яблоками		100	132	0,990	10,140	8,78
Салат из свеклы		100	94	1,42	8,08	8,36
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми		250/10	151	5,87	5,54	19,28
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из говядины		50/50	231	15,19	17,67	2,84
Сырники «Классические»		140/40	487	38,833	12,66	52,80
Рыба по «Московски»		70/20	209	17,02	14,72	1,79
Сосиски отварные		100	153	12,2	10,26	3
Медальоны из куриных грудок		95/5	293	24,16	21,45	1,260
Голень запечённая		90	319	22,75	24,68	1,57
Жаркое из птицы		150/40	284	12,91	10,69	33,99
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные		180	254	6,77	6,07	43,08
Пюре картофельное		180	175	3,93	5,58	26,43
Капуста цветная отварная		180	114	5,42	6,04	9,106
Рис отварной		180	269	4,60	6,52	48,01
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
Компот из яблок		200	49	0,08	0,08	11,94
Хлеб пшеничный	89	20/20	47	1,52	0,16	9,84
Комплекс суп + кондитерка						
Суп с горохом и фрикадельками		250/22	60	5,03	4,30	0,24
Кефир		50	221	3,2	10,4	29,8
Зав. производством		200	42	0,8	0,06	9,46
Хлеб ржано-пшеничный		25	55	1,25	0,250	11,25

Директор

К.К. Кузнецов

Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

63