

Меню

17 АПРЕЛЯ

	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Флоды свежие		100	47	0,400	0,400	9,8
Салат из фасоли с кукурузой		100	210	7,36	14,98	11,14
Блинчики со сгущённым молоком		45/10	114	3,19	2,52	19,5
Салат каприз		100	144	2,67	12,04	5,68
ОБЕД						
Рассольник ленинградский с фрикадельками ,сметаной и гренками		250/10/10 /10	100	1,86	5.38	16.92
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из говядины		50/50	231	15,19	17,67	2,84
Рыба запечённая с сыром		90/50/5	156	19,68	7,060	3,378
Котлеты сытные с сыром		100	171	12,95	9,22	6,104
Птица отварная		100	283	23,99	20,61	0,32
Гуляш из куриных грудок		50/50	209	14,61	15,27	3,23
Запеканка картофельная с куриными грудками		180	353	15,27	20,32	27,25
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное		180	175	3,93	5,58	26,43
Каша гречневая рассыпчатая		180	214	7,94	6,47	31,05
Рис отварной		180	269	4,601	6,52	48,01
Спагетти отварные		180	254	6.72	6,07	43,08
НАПИТКИ						
Компот из урюка		200	42	0,8	0,064	9,45
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
Хлеб ржано - пшеничный		20	44	1	0.2	9
Хлеб пшеничный		20	47	1,52	0,160	9,84

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru