

Меню



20 Мая	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Фрукты 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
ОБЕД						
Борщ с капустой сметаной ,мясными фрикадельками, гречками		250/10/10/10	103	1,77	5,16	12,3
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Пельмени с маслом		180/5	335	13,04	14,35	38,39
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
ГАРНИРЫ						
Картофель запечённый		180	242	4,209	9,86	34,08
Капуста брокколи отварная		180	55	5,59	6,19	7,99
Каша гречневая рассыпчатая		180	291	7,94	6,47	50,24
НАПИТКИ						
Компот из замороженной смеси		200	46	0,13	0,023	11,15
Чай пакет. с сахаром		200/8	32			7,98
Хлеб ржано- пшеничный		20	44	1	0,2	9
Хлеб пшеничный	93	20	47	1,52	0,16	9,84
Младшие Б/П						
Огурцы свежие	60	7	0,42	0,060	1,14	
Куриные грудки		160/30	335	12,76	16,98	32,88
Куриные котлеты		200/8	32	10,007	8,002	7,98
Хлеб ржано- пшеничный		20/20	44			9
Батончик злаковый		25	82	0,82	0,140	16,55

Директор

Калькулятор
Зав. производством

Хлеб ржано- пшеничный

Батончик злаковый
poelidovolen.ru

