

Меню



5 Мая	Стои-ть	выход	ккал	белки	жиры	Угл-ды
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие /яблоки/		100	47	0,4	0,4	9,8
Творожники со сгущённым молоком		70/10	122	6,85	4,84	12,74
Салат из свежих огурцов		100	64	0,66	6,08	1,805
ОБЕД						
Суп картофельный с рисом , куриными грудками и гречками		250/10/10	104	2,12	2,87	17,43
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
<i>Рыба по «Московски»</i>		100/20	238	23,38	15,08	1,79
Картофель тушёный с фаршем		190	288	14,150	13,14	28,27
Ёжики мясные с рисом		60/40	248	9,17	19,07	9,92
Шашлык из куриных грудок		100	293	24,16	21,45	1,260
Чикен		90	134	11,103	5,008	11,093
Сосиски отварные		100	188	10,4	11,07	11,8
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Пюре картофельное		180	175	3,93	5,58	26,43
Капуста цветная отварная		180	114	5,42	6,04	9,106
Спагетти отварные		180	254	6,72	6,07	43,08
НАПИТКИ						
Чай с сахаром		200/8	32			7,98
Кисель из концентрата		200	53			13,100
Хлеб ржано - пшеничный МЛАДШИЕ б/п	93	20/20	44	1	0,20	9
Салат из капусты с огурц.		60	66	0,75	6,04	1,97
Картофель с фаршем		180	278	13,405	11,245	30,78
Чай с сахаром		200/8	32	0,007	0,002	7,98
Хлеб ржано - пшеничный		20/20	47	1,52	0,16	9,84
Печенье весовое 5 шт.		16	71	1,104	2,208	11,85

