

19 МАРТА

Меню

| | Стои-ть | выход | ккал | белки | жиры | Угл-ды |
|--|---------|-----------|------|--------|-------|--------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ | | | | | | |
| Флоды свежие /яблоко/ | | 100 | 47 | 0,40 | 0,40 | 9,8 |
| Горячий бутерброд с сыром | | 30/15 | 133 | 4,51 | 5 | 14,7 |
| Салат бурячок | | 100 | 123 | 1,61 | 8,64 | 9,58 |
| Салат из солёных огурцов с консерв. горошком | | 100 | 62 | 1,15 | 5,108 | 2,43 |
| ОБЕД | | | | | | |
| Суп с горохом ,куриными грудками и гречками | | 250/10/10 | 151 | 5,87 | 5,54 | 19,28 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| Котлеты «Аппетитные» | | 100 | 239 | 15,39 | 16,52 | 7,99 |
| Буритос с курицей и сыром | | 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 | 258 | 9,94 | 19,74 | 9,95 |
| Макаронник с мясом | | 180 | 410 | 16,664 | 20,08 | 40,53 |
| Капуста цветная | | 180 | 63 | 3,01 | 3,35 | 5,06 |
| Макароны отварные | | 180 | 254 | 6,72 | 6,07 | 43,083 |
| Рагу овощное | | 180 | 178 | 3,36 | 9,17 | 20,17 |
| НАПИТКИ | | | | | | |
| Чай с сахаром | | 200/8 | 32 | | | 7,984 |
| Компот из замороженной смеси | | 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 |
| КОМПЛЕКС суп+ выпечка | | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 20 | 44 | 1 | 0,2 | 9 |
| Суп с бобовыми фрикад.и гречками | | 250/11/5 | 151 | 5,87 | 5,54 | 19,28 |
| Сосиска в тесте | | 100 | 312 | 10,7 | 15,56 | 31,66 |
| Напиток из шиповника | 66 | 200/8 | 41 | 0,012 | 0,001 | 10,17 |
| Хлеб ржано- пшеничный | 63 | 25 | 44 | 1 | 0,200 | |

Директор
Кадриятгар

Зав. ПРОИЗВОДСТВОМ

8(800)234-33-88

Напиток из шиповника

Хлеб ржано- пшеничный