

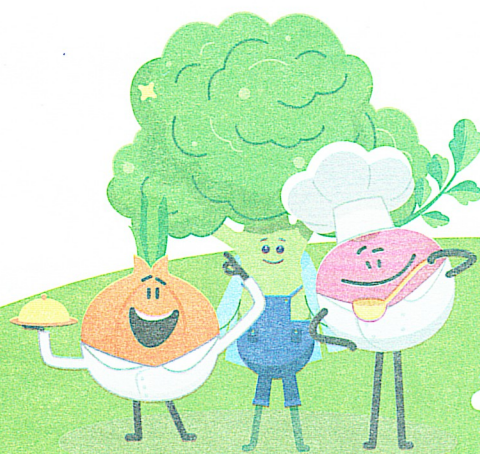
# Меню

## Меню 1 февраля

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Гуляш из птицы	40/40	11,73	12,3	2,67	168
Рагу овощное	100	1.9	5.1	11.2	99
Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,52	0.16	9,8	47



Директор  
8(800)234-33-88  
zab.prouz@otn.ru  
poelidov@en.ru





# Меню 1 февраля

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

**Свободный выбор по 79 рублей**

## Холодные закуски

Салат бар	100	1,9	6,2	9,7	105
Морковь свежая	45				
Капуста квашенная	50				
Масло растительное	5				

## Первые блюда

Суп гороховый	250/10	7	6,3	26,4	191
---------------	--------	---	-----	------	-----

## Вторые блюда

Шашлык куриный	80	15,2	15,3	1,07	201
Рыба запеченная с овощ	90/30	19	11,9	3,1	196
Плов из говядины	40/160	11,1	13,3	34,5	305

## Гарниры

Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178
Спагетти отварные	180	6,72	6,1	43,1	254

## Напитки

Чай с сахаром	200/8			8	32
---------------	-------	--	--	---	----

## Хлеб

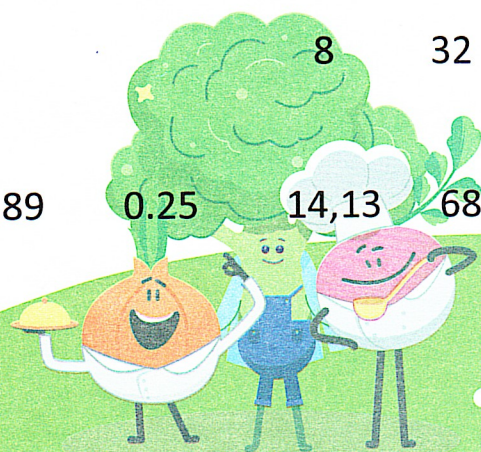
Хлеб ржано-пшеничный	15/15	1,89	0,25	14,13	68
----------------------	-------	------	------	-------	----



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru





# Меню

## Меню на 1 февраля

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Суп картофельный с горохом с гренк	250/5	6.4	6.2	22.8	175
Пирог зебра	50	5.6	13.60	35.8	289
Компот из свежих яблок	200	0.08	0.08	11.9	49
Хлеб ржано- пшеничный	20	1	0.2	9.0	44

*Директор  
Т.В. Крашова*



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

## Меню на 1 февраля

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Салат из свеклы отварной	60	0.85	3.65	5.01	56
Котлеты аппетитные мясо-куриные	90	13.79	14.74	7.99	216
Каша гречневая вязкая	150	3.50	4.64	22.02	144
Напиток из черной смородины	200	0.10	0.04	10.71	44
Хлебная корзинка(хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшеничный)	20/20	2.52	0.36	18.84	91

Директор  
И.В. Кривошеина



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

