

Меню сентября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Сыр порциями	10	2.63	2.66		35
Салат из св помидор	60	0.67	3.71	2.77	48
Вторые блюда					
Тефтели и говядины в том соусе гарниры	70/40	9.24	7.83	8.46	142
рис отварной	150	3.83	5.43	40.01	224
Напитки					
Хлеб сельский / пшеничный	20/25	2.52	0.18	18.84	91
Компот из свежих яблок	200	0.08	0.08	11.94	49

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню сентября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат из св помидор	100	1.05	6.2	3.6	77
Яйцо под соусом переменка	48/10	6.4	11.3	0.8	130
Вторые блюда					
Буритос с курицей и сыром	170	20.4	33.3	27.95	496
Голень куриная в том соусе	100	24.5	25.4	2.22	337
Рыба запеченная	75/25	15.8	9.9	2.61	163
Гуляш из кур грудок	50/50	14.6	15.3	3.23	209
гарниры					
спагетти отварные с маслом	180/5	6.8	7.5	43.2	268
рис отварной <i>Кашия гречихой</i>	180	3.36	9.2	20.2	178
капуста тушеная	180	3.36	9.2	20.2	178
Напитки					
Хлеб сельский / пшеничный	20/25	2.52	0.18	18.84	91
Чай с сахаром	200/8	0.05		8.13	34

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

