

Меню

Меню 8 сентября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Сыр	10	2.63	2.66		35
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат из моркови	60	0.63	6.04	9.34	95
Вторые блюда					
Плов из птицы	50/150	13.42	11.01	26.01	257
гарниры					
Напитки					
Хлеб ржано-пшен/пшеничный 20/15		1.25	0.25	11.25	55
Компот из зам копотной смеси 200		0.13	0.2	11.15	46

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню 8 сентября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат каприз	80	2.2	9.6	4.5	115
Вторые блюда					
Рыба запеч с сыром соусом	70/5/5	17.5	10.06	2.7	175
Чахохбили из кур грудок	70/50	14.5	19.1	6.9	258
Гуляш из кур грудок	45/45	14.6	15.3	3.2	209
Птица запеченная	100	26.7	24.5	1	332
гарниры					
рагу овощное	180	6.77	5.4	43.14	241
рис отварной	180	4.6	6.5	48	266
макароны отварные	180	3.36	9.2	20.2	177
Напитки					
Хлеб ржано-пшен/пшеничный	15/15	1.25	0.25	11.25	55
Чай с сахаром	200/8	1.00	0.08	20.56	87

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

