

Меню 17 октября

Горячее питание МЛАДШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
САЛАТ ИЗ СВ ПОМИДОРОВ	60	0.67	3.71	2.77	48
Вторые блюд					
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВ В СОУСЕ ТОМ	70/40	9.24	6.83	8.46	132
Гарниры					
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.83	5.43	40.01	224
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	30	1.5	0.3	13.5	66
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛ	1/15	1.21	2.62	10.25	79
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0.05		8.13	34

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню 17 октября

Горячее питание СТАРШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
ЯБЛОКИ	120	0.48	0.48	11.76	56
САЛАТ ИЗ БЕЛОК КАПУСТЫ	100	1.55	5.1	9.41	91
Вторые блюда					
ГОЛЕНЬ КУР ЗАПЕЧЕНАЯ	90	22.7	33.0	1.8	391
РЫБА ПО-МОСКОВКИ	70/20	18	13.8	2	204
ГРУДКИ КУР ЗАПЕЧ С СЫРОМ	80/5	25.3	24.14	0.41	321
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ	60/40	9.6	10.4	9.3	169
Гарниры					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6.77	5.36	43.14	248
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4.2	5.6	26.41	173
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ	100	3.9	3.6	8.8	80
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.14	0.12	7.38	35
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0.05		8.13	34

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

