

# Меню 17 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

## Свободный выбор по 79 рублей

### Холодные закуски

Салат бар	100	2,2	6,2	10,9	109
Морковь свежая	45				
Капуста свежая	50				
Масло растительное	5				

### Первые блюда

Суп рассольник	250/5	2,56	6,9	17,26	134
----------------	-------	------	-----	-------	-----

### Вторые блюда

Рыба запеченная	90	20,8	11,9	3,9	205
Гуляш из индейки	50/50	10,0	12,56	2,11	162
Котлеты аппетитные	90	13,8	14,7	8	216

### Гарниры

Каша гречневая	180	4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь	120	4,68	4,32	10,56	96
Макароны отварные	180	6,8	5,4	43,1	248

### Напитки

Чай с сахаром, лимон	200/8/5	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный	20/15	2,14	0,32	16,38	79

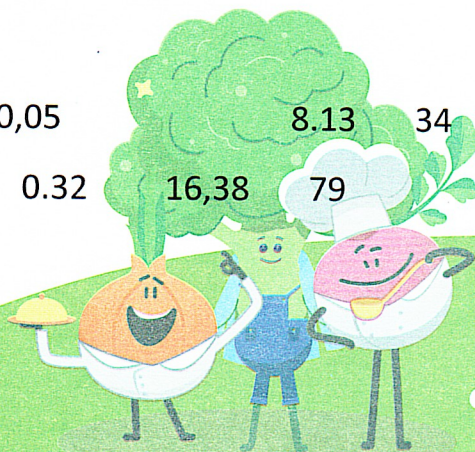


8(800)234-63-88



poelidovolen.ru

Директор  
Зав. кафе  
Т.М.



# Меню 17 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
<b>Комплекс за 55 рублей</b>					
Ежики мясные с рисом в соусе	60/40	9,57	10,4	9,23	169
Картофель запеченный	150	3,5	8,2	28,4	202
Чай с сахаром	200/8	0.07	0.01	8,1	34
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



# Меню

## Меню на 17 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Салат из свеклы отварной	60	0.85	3.65	5.01	56
Сосиски отварные	2/100	12.50	11.80	7.20	185
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

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

## Меню на 17 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Суп картофельный с горохом с гренок 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



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»