

Меню 25 января

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

Свободный выбор по 79 рублей

Холодные закуски

Салат бар	100	1,5	5,1	4,6	72
Морковь свежая	45				
Капуста квашенная	50				
Масло растительное	5				

Первые блюда

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

Вторые блюда

Котлеты столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
Рыба запеченная с овощ	90/30	19	11,9	3,1	196
Птица запеченная	100	26,7	24,5	1	332

Гарниры

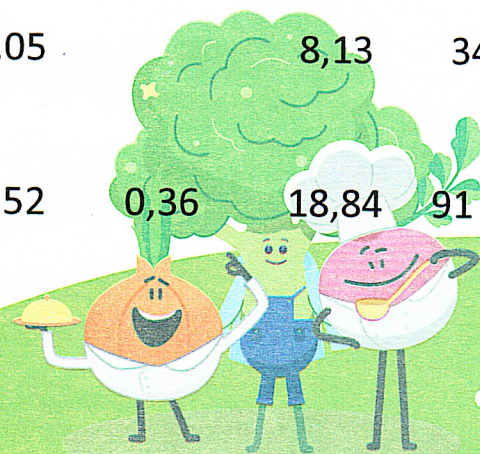
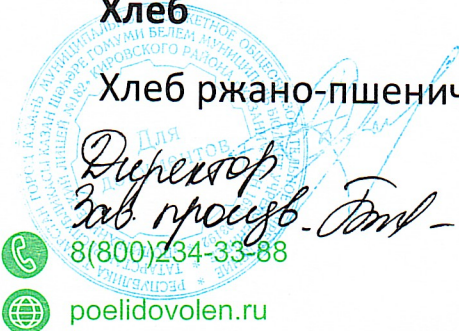
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150	3,3	4,7	22	146

Напитки

Чай с сахаром, лимон	200/8/5	0,05		8,13	34
----------------------	---------	------	--	------	----

Хлеб

Хлеб ржано-пшеничный	20/20	2,52	0,36	18,84	91
----------------------	-------	------	------	-------	----



Меню 25 января

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
Котлеты столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
Рагу овощное	150	2,813	7,594	16,78	148
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано- пшеничный	15	0,75	0.15	6,8	33



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Меню на 25 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
Плов с птицей	40/160	15.44	19.29	45.88	419
Напиток из черной смородины	200	0.10	0.04	10.71	44
Хлебная корзина(хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшеничный)	20/20	2.52	0.36	18.84	91

Директор
И.В. Ибрагимов



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

меню на 25 января

	Выход	белки	жиры	углевод	ккал
Котлеты столичные	90	12.4	13.5	7.8	199
Рагу овощное	100	1.87	5.1	11.2	99
Чай с сахаром	200/8	0.02	0.001	7.9	32
Хлеб ржано-пшеничный)	15	0.75	0.15	6.8	33

*Директор
З.В. Прохорова*



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru