

Меню 4 октября

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Огурцы свежие	60	0.42	0.06	1.14	7
Вторые блюда					
Рагу из птицы	40/120	12.63	15.18	36.16	332
Гарниры					
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35
Напиток лимонный	200	0.10	0.10	20.40	83

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Меню 4 октября

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные закуски					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Вторые блюда					
Шашлычок из кур грудок	90	17.2	15.4	1.10	210
Рыба запечен с сыром	70/5/5	17.5	10.6	2.7	175
Цыплята запеченные	90	24.03	22.1	0.9	299
Гарниры					
Капуста тушеная	180	4.21	7.4	18	159
Рис отварной	180	4.6	6.5	48	269
Напитки					
Хлеб ржано-пшеничный	25	1	0.2	9	44
Хлеб пшеничный	20	1.14	0.12	7.38	35
Чай с сахаром	200/8			8	32

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

