

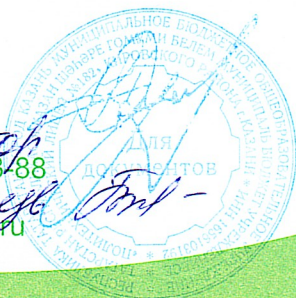
# Меню

## Меню 5 марта

|                              | Выход | Белки | Жиры | Углевод | Ккал |
|------------------------------|-------|-------|------|---------|------|
| <b>Комплекс за 55 рублей</b> |       |       |      |         |      |
| Ежики мясные с рисом         | 60/40 | 9,57  | 10,4 | 9,23    | 169  |
| Спагетти отварные            | 180   | 6,7   | 6,1  | 43,1    | 254  |
| Сок в ассортименте           | 200   | 0,14  | 0,0  | 11,15   | 48   |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 20    | 1     | 0,2  | 9,0     | 44   |



Директор  
8(800)234-33-88  
vov.prosed@kazn.ru



# Меню 5 марта

Выход Белки Жиры Углевод Ккал

## Свободный выбор по 79 рублей

### Холодные закуски

|                    |    |     |     |     |    |
|--------------------|----|-----|-----|-----|----|
| Салат бар          | 80 | 2,7 | 6,6 | 6,9 | 98 |
| Свекла отварная    | 45 |     |     |     |    |
| Кукуруза консер    | 25 |     |     |     |    |
| Сыр                | 5  |     |     |     |    |
| Масло растительное | 5  |     |     |     |    |

### Первые блюда

|                    |        |   |     |      |     |
|--------------------|--------|---|-----|------|-----|
| Щи из свеж капусты | 250/10 | 2 | 6,7 | 12,7 | 120 |
|--------------------|--------|---|-----|------|-----|

### Вторые блюда

|                        |         |       |       |      |     |
|------------------------|---------|-------|-------|------|-----|
| Рыба запеч с сыром     | 80/5/10 | 19.5  | 13.0  | 0.4  | 197 |
| Голень запеченная      | 80      | 18,20 | 18,40 | 0,50 | 241 |
| Жаркое по дом с говяд. | 40/160  | 11,2  | 12,4  | 28,8 | 273 |

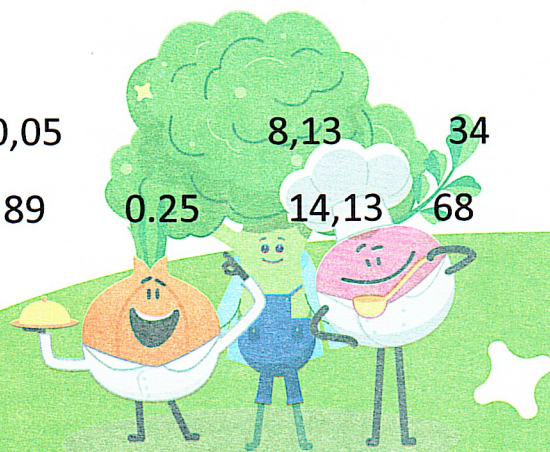
### Гарниры

|                  |     |      |     |       |     |
|------------------|-----|------|-----|-------|-----|
| Капуста тушенная | 180 | 4,32 | 7,4 | 18,24 | 160 |
| Рис отварной     | 180 | 4,6  | 6,5 | 48    | 269 |

### Напитки

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

|                      |       |      |      |       |    |
|----------------------|-------|------|------|-------|----|
| Хлеб ржано-пшеничный | 15/15 | 1,89 | 0,25 | 14,13 | 68 |
|----------------------|-------|------|------|-------|----|



# Меню

## Меню на 5 марта

|                                  | Выход | белки | жиры | углевод | ккал |
|----------------------------------|-------|-------|------|---------|------|
| Ежики мясные с рисом в соусе том | 60/40 | 9.57  | 10.4 | 9.23    | 169  |
| Спагетти отварные                | 180   | 6.7   | 6.1  | 43.1    | 254  |
| Сок в ассортименте               | 200   | 1.35  | 0.27 | 12.15   | 59   |
| Хлеб ржано- пшеничный            | 20    | 1     | 0.2  | 9.0     | 44   |

Директор  
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

# Меню

## Меню на 5 марта

|   | Выход  | белки | жиры | углевод | ккал |
|---|--------|-------|------|---------|------|
| Десерт фруктовый  | 80     | 0.31  | 0.32 | 7.84    | 35   |
| Жаркое по-домашнему                                       | 40/160 | 11.24 | 14.5 | 28.83   | 291  |
| Напиток из урюка  | 200    | 0.80  | 0.06 | 18.46   | 79   |
| Хлебная корзинка(хлеб пшеничный/<br>Хлеб ржано-пшеничный) | 20/20  | 2.52  | 0.36 | 18.84   | 91   |

Директор  
И.В. Прохорова



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

