

# Меню

## Меню 8 ДЕКАБРЯ

### Горячее питание МЛАДШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные Закуски</b>					
яблоки	100	0.4	0.4	9.8	47
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	60	0.85	3.65	5.02	56
<b>Вторые блюда</b>					
гуляш из птицы	50/50	8.00	8.60	1.80	117
<b>Гарниры</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6.62	5.39	41.87	242
<b>Напитки</b>					
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.10		10.18	41
<hr/>					
хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
хлеб пшеничный	15	1.14	0.12	7.38	35

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

## Меню 8 ДЕКАБРЯ

### Горячее питание СТАРШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные Закуски</b>					
яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
<b>Вторые блюда</b>					
ЛЮЛЯ КЕБАБ	80	14.3	13.1	5.5	195
ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	90	22.7	33.0	1.8	391
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	75/25	15.8	9.9	2.61	163
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	2/100	8.92	9.51	2.39	136
<b>Гарниры</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4.2	5.6	26.41	173
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.60	5.10	36.00	212
<b>Напитки</b>					
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8	0.06	0.001	8.13	34
хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.52	0.16	9.84	47

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

