

Меню ЯНВАРЯ

Горячее питание младшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные Закуски					
Салат из моркови	60	0.63	6.04	9.34	95
Вторые блюда					
Гуляш из говядины	45/45	10.80	7.7	2.56	123
гарниры					
макароны отварные	150	5.60	5.06	35.91	212
Напитки					
Компот из св яблок	200	0.08	0.08	11.94	49
<hr/>					
хлеб ржано-пшеничный	15	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.52	0.16	9.84	47

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню ЯНВАРЯ

Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
Холодные Закуски					
САЛАТ здоровье	100	1.3	10.1	7.2	126
Вторые блюда					
Цыпляты запеченные	110	29.4	26.9	1.1	365
Рыба по- московски	70/20	18	13.8	2	204
Гуляш из кур грудок	50/50	14.6	15.3	3.23	209
Буритос с курицей	180	21.6	35.3	29.6	525
Гарнир					
Рагу овощное	180	3.36	9.2	20.2	178
Рис отварной	180	4.6	6.5	48	269
Каша гречневая вязкая	180	4.2	5.6	26.41	173
Напитки					
Напиток из шиповника	200	0.01		10.2	41
хлеб ржано-пшеничный	15	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.52	0.16	9.84	47

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

