

# Меню 16 октября

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
<b>Свободный выбор по 79 рублей</b>					
<b>Холодные закуски</b>					
Яблоки	120	0,48	0,48	11,8	56
<b>Вторые блюда</b>					
Грудка в том соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150
Рыба по –Московски	80/20	21,4	14,9	1,9	227
Котлеты столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
<b>Гарниры</b>					
Каша гречневая вязкая	180	4.2	5.6	26.41	173
Овощная смесь	100	3.6	3,3	8,9	80
<b>Напитки</b>					
Чай с сахаром	200/8			8	32
<b>Хлеб</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	20/20	2.52	0.4	18,84	91

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



# Меню 16 октября

	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Ккал
<b>Комплекс за 55 рублей</b>					
Шашлык из кур грудок	70	13,3	13,4	0,90	176
Рис отварной	100	2,6	3,6	26,7	150
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано –пшеничный	15	0,75	0.15	6,8	33

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

