

Меню 10 мая

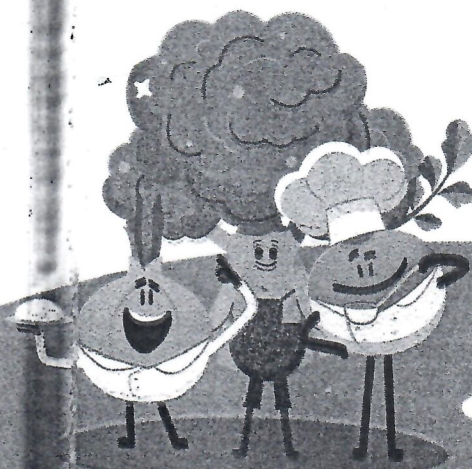
Старшие классы
Мини-меню

| | Выход | белки | жиры | УГЛЕВОД | ккал |
|----------------------------|---------|-------|-------|---------|------|
| Холодные закуски | | | | | |
| Салат из св огурцов | 60 | 0.39 | 3.65 | 1.08 | 39 |
| Вторые блюда | | | | | |
| Бифштекс по-домашнему | 90 | 9.40 | 10.20 | 8.36 | 162 |
| Гарнир | | | | | |
| каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6.62 | 5.39 | 41.87 | 242 |
| Напитки | | | | | |
| Чай с сахаром , лимсом | 200/8/5 | 0.06 | 0.01 | 7.34 | 31 |
| Хлеб сельский | 15 | 0.75 | 0.15 | 6.75 | 33 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1.14 | 0.12 | 7.38 | 35 |

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Меню 10 мая

Старшие классы

| | Выход | белки | жиры | УГЛЕВОД | ккал |
|---------------------------------------|--------|-------|------|---------|------|
| Холодные закуски | | | | | |
| Плоды свежие | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 |
| Салат из фасоли и кукурузы с сыром 70 | 70 | 5.15 | 10.5 | 7.8 | 147 |
| Вторые блюда | | | | | |
| Пельмени для умников и умниц | 170/20 | 13.60 | 14.8 | 21.45 | 272 |
| Гуляш из индейки | 50/50 | 14.4 | 15.3 | 3.23 | 209 |
| Рыба запеченая | 75 | 17.4 | 5.0 | 3.32 | 128 |
| Гарнир | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 7.95 | 6.5 | 50.2 | 291 |
| Овощная смесь | 120 | 4.68 | 4.32 | 10.56 | 96 |
| Напитки | | | | | |
| Компот из урюка | 200 | 1.1 | 0.1 | 30.56 | 128 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1.25 | 0.25 | 11.25 | 55 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 47 |

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

