

# Меню 11 НОЯБРЯ

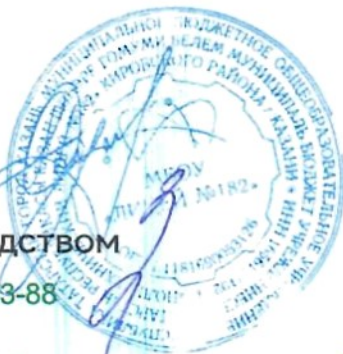
## Горячее питание МЛАДШИЕ классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные ЗАКУСКИ</b>					
Блинчики со сгущ мол	45/10	2.19	2.52	13.5	85
<b>Вторые блюд</b>					
Биточки рыбные с соусом том	65/25	9.25	7.66	2.05	115
<b>Гарнир</b>					
Пюре картофельное	150	3.28	4.66	22.03	146
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.14	0.12	7.38	35
Компот из урюка	200	1.00	0.08	30.56	128

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню 11 НОЯБРЯ

## Горячее питание старшие классы

	Выход	белки	жиры	УГЛЕВОД	ккал
<b>Холодные ЗАКУСКИ</b>					
Яблоки	120	0.48	0.48	11.76	56
Салат витаминный	100	1.21	5.2	10.9	96
Салат из моркови	100	1.05	10.1	15.6	158
<b>Вторые блюд</b>					
Рыба запеченная с сыром	70/5/5	15.8	9.9	2.61	163
Гуляш из говядины	40/50	15.6	21.6	4	274
Картофель тушеный с фаршем	160	11.95	4.1	22.02	259
Пельмени для умников и умниц	160/5	19	16.3	33.5	357
Шашлычок из кур грудок	90	17.2	15.4	1.10	210
<b>Гарнир</b>					
Рис отварной	180	4.6	6.5	48	269
<b>Напитки</b>					
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0.2	9	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1.14	0.12	7.38	35
компот из зам вишни	200	0.14	0.00	11.2	46

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovoln.ru

