



1525

Понедельник					
наименование	выход, гр	б	ж	у	Кккал
Манник	100	6	4	28	167
Грудка "Сациви" с рисом отварным	150/150	36	9	38	550,5
Икра морковная, гренки, яйцо	100/10/50	11	7	27	218
Треска с грибами и овощами отварными	120/100	28	24	36	361
Салат из свежих овощей, капусты пекинской и филе куриного	150	17	21	11	250
		98	65	140	1547
Вторник					
Мини кексы с лисичками и сыром	100	8	18	12	248
Биточик куриный с морковью, зеленью и гречкой отварной	150/150	39	33	55,5	472,5
Суп - крем из овощей с гренками пшеничными	250/10	11	12	36	318
Салат из филе куриного, ананасов и помидор черри	150	17	15	12	215
Рисовая запеканка с тыквой, творогом и сметаной	100/30	20	9	47	268
		95	87	163	1522
Среда					
Каша молочная рисовая с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	15	2	36	230
Бифштекс с овощами отварными	150/150	36	22,5	52,5	483
Слойка с курицей и сыром	120	9	18	28	398
Салат "Цезарь с курицей"	150	26	13	11	248
Митболлы с кус кусом	100/150	38	10	36	175
		124	65,5	164	1534
Четверг					
Сырники со сметаной и вареньем	100/50/30	14	10	23	225
Филе горбуши с помидором, рисом и овощами	100/30/150	37	13	18	379
Суп-крем с шампиньонами и хрустящими гренками	250/10	13	15	55	346
Салат овощной	300	6	12	18	300
Нежное филе грудки с прованскими травами с булгуром, маслом сливочным	100/150/10	24	5	15	252
		94	55	129	1502
Пятница					
Брускетта с сыром и зеленью	100	9	12	46	273
Тефтели с кашей гречневой	150/150/10	39	28	57	351
Омлет с овощами и сыром	150/5	15	26	5	307
Салат "Цезарь" с жареной горбушей	120	26	14	11	198
Гуляш из курицы и рисом с овощами	150/150	26	7	29	377
		115	87	148	1506
Суббота					
Творожная запеканка с изюмом, сметаной	100/50	22	13	22	253
Рулет из филе куриного с ананасами и курагой с макаронами из цельнозерновой пшеничной муки, сливочным маслом	100/150/10	23	11	36	259
Ролл с соусом "по-азиатски"	150	34	16	27	309
Солянка домашняя с картофелем	250/50	6	17	8	199
Салат "Греческий"	300	9,5	8,5	43	450
		94,5	65,5	136	1470
Воскресенье					
Каша молочная овсянная с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	14	2	36	248
Биточик куриный рубленый с зеленью и рисом со шпинатом	100/150	24	16	30	315
Омлет с грибами сыром	150	18	26	2	321
Горбуша с помидором и булгуром	120/150	21	18	36	300
Салат "Боул с филе куриным"	300/14	36	16	24	400
		113	78	128	1584