



2000

Понедельник

наименование	выход, гр	б	ж	у	Ккал
Манник	200	12	8	56	334
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	300	34	42	22	500
		121	90	179	1964

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	300	34	30	24	430
Рисовая запеканка с тыквой, творогом и сметаной	200/50	40	18	47	536
		132	111	175	2005

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	180	18	36	42	597
Салат "Цезарь с курицей"	300	52	26	22	498
Митболлы с кус кусом	100/150	38	10	36	175
		159	96,5	189	1983

Четверг

Сырники со сметаной и вареньем	150/50/30	22	13	31	385
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	150/150/10	48	10	25	504
		126	63	147	1914

Пятница

Брускетта с сыром и зеленью	150	13,5	18	69	409,5
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	300	54	29	23	508
Гуляш из курицы и рисом с овощами	150/150	26	7	29	377
		148	108	183	1953

Суббота

Творожная запеканка с изюмом, сметаной	200/50	44	20	44	506
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"	300	68	32	54	618
Солянка домашняя с картофелем	250/50	6	17	8	199
Салат "Греческий"	300	9,5	8,5	43	450
		151	88,5	185	2032

Воскресенье

Каша молочная овсянная с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	14	2	36	248
Биточик куриный рубленный с зеленью и рисом со шпинатом	150/200	48	32	36	615
Омлет с грибами сыром	150/10	18	26	2	421
Горбуша с помидором и булгуром	120/150	21	18	36	300
Салат "Боул с филе куриным"	300/14	36	16	24	400
		137	94	134	1984