



**1350**

<b>Понедельник</b>					
наименование	выход, гр	б	ж	у	Ккал
Манник с вишней	100	2	27	43	378
Грудка в соусе терияки с рисом отварным	300	22	19	45	472
Овощи на пару	100	2	2	3	59
суп - лапша с курицей	250	8	18	12	241
Салат из свежих овощей и филе куриного	150	12	16	4	200
		<b>46</b>	<b>82</b>	<b>107</b>	<b>1350</b>
<b>Вторник</b>					
Брускетта "Капрезе"	130	12	9	32	287
Биточек куриный паровой с гречкой отварной	100/150/10	22	20	33	394
Суп - крем из фасоли стручковой с гренками пшеничными	250/20	8,2	12	36	308
Салат из филе куриного и ананасами	150	8	11	9	161
Сырники с изюмом и сметаной	100/30	9	11	23	200
		<b>59,2</b>	<b>63</b>	<b>133</b>	<b>1350</b>
<b>Среда</b>					
Каша молочная рисовая с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	4	2	36	230
Чахохбили с макаронами	150/150	19	25	47	462
Оладья творожная с вареньем и сметаной	100/30	5	17	12	210
Салат "Цезарь с курицей"	150	23	13	11	248
Рагу из овощей с курицей в сливках	150	10	3	21	200
		<b>61</b>	<b>60</b>	<b>127</b>	<b>1350</b>
<b>Четверг</b>					
Рисовая запеканка с морковью, курагой со сметаной и вареньем	100/50/50	14	10	23	225
Сочное филе горбуши с рисом и овощами	100/150	24	13	12	379
Суп-крем грибной с хрустящими гренками	250/10	7	15	55	346
Салат с запеченым картофелем и овощами	200	4	8	14	200
Нежное филе грудки с паприкой и булгуром	100/75	34	7	19	200
		<b>83</b>	<b>53</b>	<b>123</b>	<b>1350</b>
<b>Пятница</b>					
Слойка с фруктами	120	6	12	46	301
Чикенболлы с кашей гречневой	150/150	20	12	38	342
Омлет с брокколи и морковью, сливочным маслом	150/5	12	26	5	307
Солянка домашняя с картофелем	250/20	16	14	11	198
Филе минтая под морковным маринадом и рисом отварным	100/75	26	5	21	202
		<b>80</b>	<b>69</b>	<b>121</b>	<b>1350</b>
<b>Суббота</b>					
Печенье морковное с корицей	100/50	14	13	22	253
Рулет из филе куриного с перцем и зеленью с макаронами, сливочным маслом	100/150/10	25	5	43	389
Ролл "Цезарь"	150	20	14	27	309
Суп сырный	250	6	17	8	199
Салат "Греческий"	120	4	3	18	200
		<b>69</b>	<b>52</b>	<b>118</b>	<b>1350</b>
<b>Воскресенье</b>					
Каша молочная овсянная с маслом сливочным, ягодным вареньем и	200/100	4	2	36	248
Рубленая котлета из филе куриного, зелени с кус кусом и сливочным соусом	100/150/10	26	18	32	381
Омлет с ветчиной и сыром	150	23	43	9	321
Биточек мясной паровой с булгуром	200/100	15	11	22	200
Салат "Боул с филе куриным"	250	13	8	12	200
		<b>81</b>	<b>82</b>	<b>111</b>	<b>1350</b>

