



2250

наименование	выход, гр	б	ж	у	Ккал
Понедельник					
Манник с вишней	130	3	27,5	43	551
Грудка в соусе терияки с рисом отварным	200/200	30	25	60	622
Овощи на пару	200	4	4	7	118
суп - лапша с курицей	200	16	36	24	484
Салат из свежих овощей и филе куриного	200	16	21	5	250
		69	114	139	2025
Вторник					
Брускетта "Капрезе"	260	24	18	64	574
Биточек куриный паровой с гречкой отварной	150/225	33	30	50	593
Суп - крем из фасоли стручковой с гренками пшеничными	250/20	8	12	36	308
Салат из филе куриного и ананасами	200	11	15	12	215
Сырники с изюмом и сметаной	200/100	18	22	45	335
		94	97	207	2025
Среда					
Каша молочная рисовая с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/20	4	2	44	319
Чахохбили с макаронами	200/200	28	37	71	616
Оладья творожная с вареньем и сметаной	200	9	31	27	410
Салат "Цезарь с курицей"	200	31	21	14	330
Рагу из овощей с курицей в сливках	300	19	6	42	350
		91	97	198	2025
Четверг					
Рисовая запеканка с морковью, курагой со сметаной и вареньем	100/50/50	14	10	23	225
Сочное филе горбуши с рисом и овощами	150/225	36	20	18	669
Суп-крем грибной с хрустящими гренками	250/10	7	15	55	346
Салат с запеченным картофелем и овощами	200	4	8	14	200
Нежное филе грудки с паприкой и булгуром	150/150/50/10	36	56	23	585
		97	109	133	2025
Пятница					
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	300/5	24	52	9	607
Солянка домашняя с картофелем	250	31	28	22	425
Филе минтая под морковным маринадом и рисом отварным	130/150	36	7	29	350
		117	111	144	2025
Суббота					
Печенье морковное с корицей	200	27	26	43	506
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	200/100	11	34	16	446
Салат "Греческий"	250	8	7	36	375
		91	86	165	2025

Воскресенье

Каша молочная овсянная с маслом сливочным, ягодным вареньем и курагой	250/50/30/10	4	2	36	248
Рубленая котлета из филе куриного, зелени с кус кусом и сливочным соусом	100/250/100	29	21	52	731
Омлет с ветчиной и сыром	150	20	26	2	321
Биточек мясной паровой с булгуром	150/150	30	22	44	375
Салат "Боул с филе куриным"	300/10	13	8	12	350
		96	79	146	2025

