БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА **200 ₽**



ДЕНЬ 1

Овощная подгарнировка из свежей капусты
Капуста, морковь, сахар-песок, масло подсолнечное, соль.
Биточки «Митлофф с помидором и сыром»
Фарш «говяжий», фарш куриный, хлеб пшеничный, лук репчатый, помидоры свеж, соус «Школьный», сыр полутвердый, яйцо куриное, масло подсолнечное, соль, паприка сладкая молотая.
Булгур с овощами
Крупа булгур, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное.
Чай черный со смородиной
Вода питьевая,чай черный, сахар-песок, смородина свежемороженная
Хлеб пшеничный

Энергетическая ценность 549,83 ккал

Белки 20,73 г

Жиры 22,4 г

Углеводы 61,87 г



ДЕНЬ 2

Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца
Капуста, огурцы, масло подсолнечное, соль, сахар песок, лимонный сок.
Ватрушка мясная с сыром
Мясо цыплят-бройлеров (филе), помидоры, соус «Школьный», яйцо куриное, сыр полутвердыйвода, соль, сахар.
Картофельное пюре по-домашнему
Картофель, молоко сухое, масло сладко-сливочное, соль.
Чай черный с вишней
Вода питьевая, чай черный, сахар-песок, вишня свежемороженая.
Хлеб пшеничный

Энергетическая ценность 627,72 ккал

Белки 28,27 г

Жиры 30,89 г

Углеводы 58,5 г



ДЕНЬ 3

Овощная подгарнировка из свежих овощей
Капуста, свекла, сахар-песок.
Паста «Болоньезе»
Макаронные изделия (листочек), фарш говяжий, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, масло растительное, сахар песок, соль, укроп сушеный, чеснок сушеный.
Чай черный с яблоком
Вода питьевая, чай черный, сахар-песок, яблоко свежее.
Хлеб пшеничный

Энергетическая ценность 914,11 ккал

Белки 30,04 г

Жиры 19,69 г

Углеводы 150,57 г



ДЕНЬ 4

Овощная подгарнировка из свежей капусты
Капуста, морковь, сахар-песок, масло подсолнечное, соль.
Люля-кебаб куриный
Фарш куриный, лук репчатый, хлеб пшеничный, вода питьевая, яйцо куриное, соль, паприка сладкая, чеснок сушеный, свежая петрушка.
Картофель по-деревенски с паприкой
Картофель, масло подсолнечное, соль, куркума молотая, чеснок сушеный, паприка сладкая молотая.
Чай черный со смородиной
Вода питьевая, чай черный, сахар-песок,смородина свежемороженная
Хлеб пшеничный

Энергетическая ценность 438,50 ккал

Белки 19,21 г

Жиры 14,77 г

Углеводы 56,30 г

Фото носит рекламный характер.
Подача блюд может отличаться.

БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА **200 ₽**



ДЕНЬ 5

Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца
Капуста, огурцы, масло подсолнечное, соль, сахар песок, лимонный сок.

Отбивная из куриного филе с овощами и сыром
Куриное филе, помидоры свежие, сыр полутвердый, соус «Школьный», яйцо куриное, соль, масло подсолнечное.

Паста «Орзо» по-восточному
Паста орзо, лук репчатый, морковь, помидоры, чеснок сушеный, куркума молотая, свежий укроп, масло, соль.

Чай черный с вишней
Вода питьевая, чай черный, сахар-песок, вишня свежемороженая.

Хлеб пшеничный

Энергетическая ценность 1 007,81 ккал

Белки 41,02 г

Жиры 30 г

Углеводы 140,7 г



ДЕНЬ 6

Овощная подгарнировка из свежих овощей
Капуста, свекла, сахар-песок.

Пельмени «Калейдоскоп» со сливочным маслом
Пельмени «Аппетитные» (курица, свинина), вода для варки, масло подсолнечное, соль йодированная пищевая, масло сладко-сливочное.

Чай черный с яблоком
Вода питьевая, сахар-песок, чай черный, яблоко свежее.

Хлеб пшеничный

Энергетическая ценность 637,91 ккал

Белки 26,06 г

Жиры 9,65 г

Углеводы 108,5 г

Фото носит рекламный характер.
Подача блюд может отличаться.