

## МЕНЮ 21 ОКТЯБРЯ

Наименование	Выход	Цена	Белки,г	Жиры,г	Углев.г	Энерг.цен
<b>Холодные закуски</b>						
<i>Салат "Морская пучина"</i> <small>морская капуста, крабовые палочки, яйцо, кукуруза</small>	100гр	60,00р.	10,6	16,5	11,9	236,2
<i>Салат "Маркиза"</i> <small>ветчина, кура, грибы, огурец маринованный</small>	100гр	60,00р.	9,6	24	2,6	262
<i>Салат "Болгарский"</i> <small>морковь, перец, помидор</small>	100гр	45,00р.	6,2	10,2	2,3	128
<i>Салат "Бордо"</i> <small>свекла, яблоко</small>	100гр	35,00р.	2,3	5,5	6,5	91
<i>Салат "Витаминный"</i>	100гр	35,00р.	1,4	13,4	5,8	146
<b>Первые блюда</b>						
<i>Щи из свежей капусты с курой</i>	250гр	60,00р.	15,6	22,9	34	404,7
<i>Суп-крем овощной</i>	250гр	50,00р.	3,6	11,9	20,3	202,9
<i>Бульон с яйцом</i>	250гр	45,00р.	11,3	10,2	12,2	190,5
<b>Вторые блюда</b>						
<i>Куриная отбивная в кунжуте</i>	100гр	110,00р.	11	11,6	7,9	179,2
<i>Свинина запеченная с цветной капустой</i>	100гр	110,00р.	21	9,5	8,2	193,1
<i>Поджарка из свинины</i>	75/75гр	100,00р.	18,5	28,9	2,1	342,5
<i>Ёжики</i>	100гр	90,00р.	15,8	21,7	16,1	323,8
<b>Вегетарианское блюдо</b>						
<i>Фасоль стручковая с морковью</i>	150гр	75,00р.	3,4	2,4	8,1	66,5
<b>Диетическое блюдо</b>						
<i>Филе куриное отварное</i>	100гр	110,00р.	18,2	18,4	0,7	337,44
<b>Гарниры</b>						
<i>Картофель отварной</i>	150гр	50,00р.	3,1	8,9	25,3	193,9
<i>Греча отварная</i>	150гр	40,00р.	6,5	8,9	37,4	255,7
<i>Макароны отварные</i>	150гр	40,00р.	3,6	0,9	17,6	88,8
<b>Напитки</b>						
<i>Морс из черной смородины</i>	200мл	25,00р.	0,3	0,1	28,2	116,4
<i>Хлеб, батон</i>	1кус	3,00р.	0,68	0,1	4,5	21,6

**Приятного аппетита!**