

# Меню



3-ий день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	<b>сред.</b>		<b>1,91</b>	<b>7,06</b>	<b>8,85</b>	<b>108</b>

**1-ые БЛЮДА**

Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
-------------------------------	-----	--	------	-----	------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Котлеты "Пожарские"	90		11,5	9,9	9,6	172
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	75/5		20,4	20,3	2,7	277
Рыба запеченая (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
	<b>сред.</b>		<b>16,37</b>	<b>14,98</b>	<b>4,61</b>	<b>218</b>
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,667	331
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
	<b>сред.</b>		<b>13,17</b>	<b>16,67</b>	<b>35,21</b>	<b>344</b>

**ГАРНИРЫ**

Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	<b>сред.</b>		<b>12,70</b>	<b>20,00</b>	<b>90,9</b>	<b>591,00</b>

**НАПИТКИ**

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>16,22</b>	<b>67</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
-----------------------------------------	-------	--	------	-----	-------	----

Итого с  
самост.бл 73,00  
юдом-  
Итого- 73,00

Запеканка картофельная с мясом	170		12,3	15,5	23,5	281
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>13,07</b>	<b>15,65</b>	<b>38,15</b>	<b>346</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»