

# Меню

## Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

### ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

СБ 2013	Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
23/2015	Салат из свежих помидоров (с луком)	100		1,05	6,18	3,61	77
ТТК 2016	Салат "Мечта" (капуста белокоц. кукуруза, з/горошек масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
ТТК 2017	Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)	80		3,6	6,032	1,44	74
		сред.		2,68	6,57	7,64	102

### 1-ЫЕ БЛЮДА

82/2015	Борщ со свежей капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,75	7,5	12,57	133
---------	--	----------	--	------	-----	-------	-----

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
ТТК 2020	Рыба (филе) по-итальянски с сыром	75/5		13,8	8,2	3	141
ТТК 2021	Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		13,9	17,9	1,40	221
		сред.		13,32	12,67	4,43	184
ТТК 2022	Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
ТТК 2020	Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/25		21,4	25,3	38,5	468
		сред.		19,21	27,15	27,70	433

### ГАРНИРЫ

304/2015	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
202/2015	Макаронные изделия отварные с маслом	180/3		6,8	7,5	43,16	268
		сред.		5,70	7,02	45,58	269

### НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5	0,0	13,28	56
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
		сред.		0,26	0,02	11,74	49

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

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

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT\_PRODovolSTVIYA

#poelidovolen