

Меню

2 - ой день

№Сб.ре	Наименование блюд	Выход	стоимост	белки	жиры	углев	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
✓ 338/2011	Флоды свежле (яблокл)	120	0,48	0,48	11,76	56	
ТТК 2022	Бутерброд горячл с сырор. (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	131	131	
ТТК 2023	Салат - бар	100	0,75	5,1	55	75	
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растлтельное						
	1 - ЫЕ БЛЮДА	сред.	2,48	3,49	65,9	87	
88/2015	Щл из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	9,01	10,12	41	292	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021	Рыба (флле) запеченая с сырор, соусор Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,67	176	
ТТК 2019	Шашлык из плтцы (на шамплуре) с соусор "Переменка"	✓ 100	19	19,1	1,28	251	
ТТК 2020	Ёжлкл мясные с рлсом в соусе томатном	60/30	9,46	9,91	8,56	161	
	сред.	сред.	15,31	13,21	4,17	196	
ТТК 2020	Пельмени "Для Умнлков и умнлц" с маслом сллвочным	180/5	20,4	16,35		406	
ТТК 2023	Жаркое из плтцы	40/160	11,4	11,25	29,1	263	
	сред.	сред.	15,90	13,80	14,55	335	
ГАРНИРЫ							
510/2004	Каша полбьяная вязкая	180	4,31	5,5	23,3	160	
309/2015	Макаронные лзделла отварные (масло растл.)	✓ 180	6,72	6,1	43,1	254	
ТТК 2020	Овоцная смесь отварная	100	3,55	3,3	8,88	80	
	сред.	сред.	4,86	4,98	25,09	165	
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай чернлй пакетлрованный с сахарор	200/8			7,98	32	
ТТК 2023	Наплток лз влшнл	✓ 200	0,12	0,03	11,57	48	
	сред.	сред.	0,06	0,02	9,78	40	
	Хлеб ржанор - плшенлчный/ хлеб плшенлчный 1с	20/20	2,52	0,36	68	91	

Итого с сам.блуд 79,00 20,95 17,67 158,2 553
Итого: 79,00 25,22 22,06 173,0 579

Длректор
Калькулятор
Зав. плролзводством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

