

Меню

4 - ый день

№Сб.рв Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)

338/2011 Фрукты свежие (яблоки)
ТТК 2022 Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с
ТТК 2023 Салат - бар

огурцы свежие
капуста свежая
масло растительное

Выход	стоимость	белки	жиры	углев	Ккал
120 ✓	0,48	0,48	11,76	56	
30/15	6,2	4,90	15,4	131	
100	1,27	5,1	3,34	77	

сред.

2,65 3,49 10,17 88

1 - ые БЛЮДА

82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной

250/10

9,54 11,16 28 249

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК Гуляш из птицы
ТТК 2019 Рыба (филе) запечённая
ТТК 2023 Тефтели из говядины в соусе томатном

✓ 50/50
75
60/30
сред.

14,6 15,3 3,23 209
17,29 9,89 3,28 171
12,8 13,93 11,73 223
14,90 13,03 6,08 201

ТТК 2021 Плов с птицей
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным

40/160
180/5
сред.

15,4 19,3 53,88 430
20,4 16,35 44,19 406
17,92 17,82 49,04 418

ГАРНИРЫ

ТТК 2020 Капуста брокколи отварная
304/2015 Рис отварной
309/2015 Макароны изделия отварные (масло растит.)
139/2015 Картофель запечённый (из сырого)

100
✓ 180
180
150
сред.

3,11 3,4 4,4 31
4,6 6,5 48,0 269
6,72 6,1 43,1 254
3,51 8,2 28,40 202
4,45 5,90 25,29 162

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном
ТТК 2021 Напиток из шиповника

200/8/5
✓ 200
сред.

0,04 8,13 34
0,01 10,18 41
0,03 0,00 9,16 38

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/20 2,52 0,36 68 91

Итого с сам.блюд 79,00 23,12 21,67 136,4 635
Итого: 79,00 24,54 22,78 118,7 580

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

