

1 - я неделя АПРЕЛЬ

№Сб.реу 1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

| | | | | | | |
|----------|---|-------|-------------|-------------|-------------|-----------|
| 338/2015 | Флоды свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| №1/2015 | Бутерброд с маслом (батон) | 30/15 | 2,4 | 11,7 | 15,50 | 178 |
| Сб.2015 | Овощи натуральные свежие (огурцы) | 60 | 0,42 | 0,1 | 1,14 | 7 |
| ТТК 2016 | Салат "Итальянские каникулы" (фасоль,помидоры св.огурцы сол.) | 70 | 1,8 | 5,9 | 4,9 | 80 |
| ТТК 2016 | Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками с маслом раст. | 60 | 4,4 | 9,0 | 6,6 | 126 |
| | сред. | | 1,88 | 5,41 | 7,59 | 88 |

1-ЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | |
|----------|---|--------|------|-----|------|-----|
| 102/2015 | Суп картофельный с горохом,с фрикадельками из птицы | 250/11 | 7,76 | 7,2 | 19,4 | 174 |
|----------|---|--------|------|-----|------|-----|

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | |
|----------|---------------------------------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ТТК 2022 | Котлеты Аппетитные | 90 | 13,8 | 14,7 | 8 | 216 |
| ТТК 2019 | Рыба (филе) по-Московски | 80/20 | 20,2 | 13,7 | 1,8 | 212 |
| ТТК 2021 | Грудка куриная в томатном соусе | 60/40 | 9,9 | 10,6 | 3,6 | 150 |
| | сред. | | 14,63 | 13,00 | 4,47 | 193 |
| ТТК 2021 | Плов с говядиной | 40/160 | 11,9 | 15,0 | 42,76 | 357 |
| ТТК 2016 | Буритос с курицей и сыром | 170 | 20,4 | 33,3 | 27,96 | 496 |
| ТТК2019 | Рыбный киш | 180 | 25,9 | 32,06 | 36,56 | 540 |
| | сред. | | 19,39 | 26,80 | 35,76 | 464 |

ГАРНИРЫ

| | | | | | | |
|----------|---|-----|-------------|-------------|--------------|------------|
| 303/2015 | Каша гречневая вязкая | 180 | 4,2 | 5,6 | 26,41 | 173 |
| 202/2015 | Макаронные изделия отварные (с м/раст.) | 180 | 6,77 | 5,4 | 43,13 | 248 |
| ТТК 2020 | Овощная смесь (Европейская) отварная | 100 | 3,9 | 3,6 | 8,8 | 80 |
| | сред. | | 4,96 | 4,84 | 26,11 | 167 |

НАПИТКИ

| | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| ТТК 2021 | Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | 8 | 32 |
| ТТК2022 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,08 | 0,1 | 11,9 | 49 |
| | сред. | | 0,04 | 0,04 | 9,95 | 40,5 |

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/20 2,52 0,4 18,84 91

Итого с
самост.блю 79,00дом-
Итого- 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn