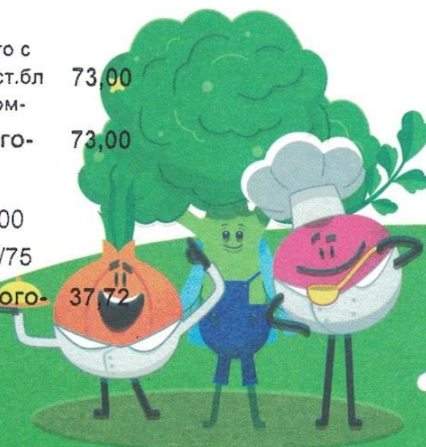


2 день

# Меню

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 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
52/2015 Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
ТТК 2016 Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з./горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
	<b>сред.</b>		<b>3,10</b>	<b>7,92</b>	<b>9,38</b>	<b>122</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
82/2015 Борщ со свеж.капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
	<b>сред.</b>		<b>16,07</b>	<b>17,20</b>	<b>4,12</b>	<b>235</b>
ТТК 2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	<b>сред.</b>		<b>16,10</b>	<b>16,00</b>	<b>21,50</b>	<b>295</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
312/2015 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
309/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	<b>сред.</b>		<b>4,96</b>	<b>6,37</b>	<b>29,19</b>	<b>196</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>	<b>40,00</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		3,6	0,6	19,1	103
Хлебцы в ассортименте (ржаные, гречневые, 5 злаков)	7					

Итого с  
самост.бл  
юдом-  
Итого- 73,00  
1/200  
5шт/75  
Итого- 37,72



Дополнительный прием:

389/2015 Соки в ассортименте в индивидуальной упаковке

389/2015 Печенье в ассортименте  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru





3-ий день

# Меню

Наименование блюда

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

	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
47/2015 Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88	
67/2015 Винегрет овощной	100	1,22	10,16	7,17	126	
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80	5,2	9,5	1,50	113	
49/2004 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

103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250	2,86	3,1	20,9	123
--	-----	------	-----	------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90	11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	75/5	20,4	20,3	2,7	277
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75	17,3	10,0	3,3	171
ТТК 2022 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>
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	4шт/140/15	33,7	10,3	48,6	428
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
	<b>сред.</b>	<b>22,80</b>	<b>12,65</b>	<b>45,68</b>	<b>393</b>

## ГАРНИРЫ

ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
ТТК 2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 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

ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
699/2004 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>

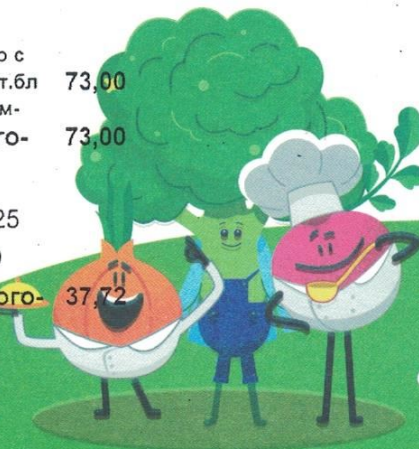
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	79
Хлебцы в ассортименте (ржанные, гречневые, 5 злаков)	7				

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

0,125

50

Итого- 37,72



Дополнительный приём:

ТТК 2017 Йогурт питьевой обогащённый (в упаковке) 2,8% (ДМК)

Сбор. хан. Корж Молочный

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

