

# Меню

№СБ. раг 2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15		6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60		0,75	5,1	1,7	55
помидоры свежие	40					
кукуруза консервиров.	15					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>	<b>2,45</b>	<b>3,47</b>	<b>8,63</b>	<b>76</b>	
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2019 Гуляш из филе индейки	50/50		10,00	12,50	2,13	163
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	60/5/5		14,9	8,8	0,2	139
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	<b>сред.</b>	<b>11,49</b>	<b>10,58</b>	<b>3,85</b>	<b>157</b>	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5		22,7	17,77	49,1	448
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	<b>сред.</b>	<b>16,96</b>	<b>15,09</b>	<b>38,95</b>	<b>361</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,8	5,4	43,1	248
139/2015 Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	<b>сред.</b>	<b>5,24</b>	<b>6,45</b>	<b>36,45</b>	<b>226</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	<b>сред.</b>	<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41,00</b>	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого с самост.блю	79,00	22,01	18,93	76,29	569
дом-					
Итого-	79,00	21,79	20,87	77,64	590

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

