

Меню

№. рейс 2 день

Наименование блюд ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

И2015 Фрукты свежие (яблоки)

выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
100		0,4	0,4	9,8	47

К 2023 Салат-бар

капуста квашеная
морковь свежая
масло растительное

100		1,5	5,1	4,6	72
50					
45					
5					
сред.		0,63	1,83	4,80	39,7

1-ые БЛЮДА

И2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной

250/10		2	6,7	12,7	120
--------	--	---	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

К 2019 Голень запечённая

И2015 Гуляш из говядины

К 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка

80		18,20	18,40	0,50	241
45/45		13,7	15,90	2,60	208
80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
сред.		17,23	16,17	2,10	223

К 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.

К 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)

180/5		21,4	17,9	37,73	398
40/160		11,2	12,4	28,8	273
сред.		16,30	15,15	33,27	336

ГАРНИРЫ

И04/2015 Рис отварной

И09/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)

И39/2015 Капуста тушёная

180		4,6	6,5	48	269
180		6,72	6,1	43,1	254
180		4,32	7,4	18,24	160
сред.		5,21	6,68	36,45	228

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном

ТТК 2023 Напиток из вишни

200/8/5		0,05		8,13	34
200		0,12	0,0	11,6	48
сред.		0,09	0,02	9,87	41,00

Хлеб ржано-пшеничный // хлеб пшеничный 1с

15/15		1,89	0,25	14,13	68
-------	--	------	------	-------	----

Итого с самост.блю	79,00	18,91	17,25	62,06	484
дом-					
Итого-	79,00	25,06	24,95	67,34	600

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn