

Меню

№Сб. пер 2 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
сред.		2,89	3,86	11,90	95	

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
ТТК2022 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
сред.		15,42	14,88	4,12	212	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20		20,2	21,7	36,1	422
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
сред.		15,25	16,30	28,85	324	

ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
139/2015 Капуста тушеная	180		4,32	7,4	18,24	160
сред.		5,21	6,68	36,45	228	

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
сред.		0,06	0,02	9,80	40,00	

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/15 2,14 0,3 16,38 79

Итого с самост.бл. дом.	79,00	20,34	20,50	66,93	538
Итого-	79,00	25,72	25,75	78,64	654

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn