

Меню

№Сб. рет 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, гренками, 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 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | 9,57 | 10,4 | 9,23 | 169 |
| ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре) | 90 | 17,1 | 17,2 | 1,20 | 226 |
| 280/2015 Гуляш из говядины | 50/50 | 15,2 | 17,7 | 2,84 | 231 |
| ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 80/5/10 | 19,5 | 13,0 | 0,4 | 197 |
| сред. | | 15,34 | 14,58 | 3,42 | 206 |

| | | | | | |
|---|--------|--------------|--------------|--------------|------------|
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка | 180/20 | 20,2 | 21,7 | 36,1 | 422 |
| ТТК2021 Жаркое из птицы (грудки куриные) | 50/150 | 16,1 | 16 | 21,5 | 295 |
| сред. | | 18,15 | 18,85 | 28,80 | 359 |

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, лимоном | 200/8/5 | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины | 200 | 0,14 | 0,0 | 11,15 | 46 |
| сред. | | 0,10 | 0,01 | 9,64 | 40,00 |

| | | | | | |
|---|-------|------|-----|-------|----|
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/15 | 2,14 | 0,3 | 16,38 | 79 |
|---|-------|------|-----|-------|----|

Итого с
самост.блю
дом-

Итого: 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn