

№Сб. пер 2 день

Меню

Наименование блюдо	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
№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
	сред.		3,08	7,91	8,99	120
1-ые БЛЮДА						
82/2015 Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,8	7,5	12,6	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324
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
	сред.		15,46	16,37	4,07	225
ТТК 2021 Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	сред.		16,10	16,00	21,50	295
ГАРНИРЫ						
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 тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,96	6,37	29,19	196
НАПИТКИ						
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
	сред.		0,10	0,01	9,64	40,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с
самост.блю 73,00
дом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

