

Меню

№Сб. пр. 3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015 Фрукты свежие

ТТК 2023 Салат-бар

морковь свежая
свекла отварная
горошек зелёный консервированный
сухарики из пшеничного хлеба
масло растительное

выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
120		0,48	0,48	11,8	56
100		2,1	6,2	11,7	112
40					
40					
10					
5					
5					
сред.	1,29	3,34	11,75	84	

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)
102/2015 Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками

200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
250/11	7,69	7,10	19,38	173

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные
ТТК 2021 Гуляш из филе куриных грудок
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)
243/2015 Сосиски отварные

90	13,8	14,7	8	216
60/40	17,3	17,3	2,60	236
90	20,8	11,9	3,9	205
2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
сред.	15,58	16,00	3,83	221

ТТК2016 Лазанья с мясом

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка

200	21,7	28,0	36,8	493
180/20	20,2	21,7	36,1	422
сред.	20,95	24,85	36,45	458

ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)
304/2015 Макароны изделия отварные (м/сл.)
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная

180	4,2	5,6	26,41	173
180	4,2	9,9	34,1	242
180	6,8	5,4	43,1	248
120	4,68	4,32	10,56	96
сред.	4,97	6,30	28,54	189,8

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном
648/2004 Напиток яблочный

200/8/5	0,05		8,13	34
200			13,1	53
сред.	0,03	0,00	10,62	44

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/20	2,52	0,4	18,84	91
-------	------	-----	-------	----

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

