

# Меню

№ФСБ. от 3-ий день

## Наименование блюд

### ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 Салат Прага (филе куриное, морковь, огурцы солёные, яйцо, соус Перец)	70		4,4	8,30	1,3	98
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,2	6,2	10,9	109
капуста свежая	40					
свекла отварная	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
<b>сред.</b>			<b>2,35</b>	<b>6,65</b>	<b>9,38</b>	<b>108</b>

### 1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, зеленью (сушёная)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
102/2015 Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,69	7,10	19,38	173

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2020 Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,3	171
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
<b>сред.</b>			<b>14,03</b>	<b>15,00</b>	<b>3,83</b>	<b>206</b>
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150		18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/20		19	23,7	34,3	427
<b>сред.</b>			<b>18,50</b>	<b>26,55</b>	<b>29,50</b>	<b>433</b>

### ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
304/2015 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
<b>сред.</b>			<b>4,53</b>	<b>5,63</b>	<b>26,71</b>	<b>175,7</b>

### НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
648/2004 Напиток яблочный	200				13,1	53
<b>сред.</b>			<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

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

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Итого с  
самост. бл  
юдом-  
Итого-

79,00 22,77 33,45 63,62 652  
79,00 22,82 27,53 64,65 601