

# Меню

№СБ. рет. 4 день

## Наименование блюд

выход. стоимость белки жиры углев. ККАЛ

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

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2023 Салат-бар	55	2,2	5,8	4,75	74
капуста брокколи отварная	25				
фасоль красная консервиров.	25				
соль	0,12				
масло растительное	5				
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15	6,2	4,90	15,4	131
<b>сред.</b>		<b>2,93</b>	<b>3,70</b>	<b>9,65</b>	<b>82</b>

### 1-ые БЛЮДА

103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191
---	--------	---	-----	------	-----

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	90/30	19	11,9	3,1	196
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
<b>сред.</b>		<b>19,37</b>	<b>16,63</b>	<b>3,97</b>	<b>242</b>

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448
ТТК 2021 Плов с птицей	40/160	15,5	19,3	46	426
<b>сред.</b>		<b>19,10</b>	<b>18,55</b>	<b>47,55</b>	<b>437</b>

### ГАРНИРЫ

304/2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,51	8,25	28,42	202
<b>сред.</b>		<b>4,97</b>	<b>6,72</b>	<b>39,84</b>	<b>240</b>

### НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
<b>сред.</b>		<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>9,10</b>	<b>37</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/20 2,52 0,36 18,84 91

Итого с  
самост.блю 79,00 24,56 22,61 85,14 647  
дом-  
Итого: 79,00 29,79 27,41 81,40 692

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn