

# Меню

№Сб. рел 4 день

## Наименование блюд

	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,52	99
морковь свежая	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
	<b>сред.</b>		<b>1,63</b>	<b>6,13</b>	<b>11,94</b>	<b>111</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
98/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,56	6,9	17,26	142
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Котлеты Домашние (мясо-картофельные)	90		12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	80/25		14,2	6,0	2,6	121
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре) —	90		17,1	17,2	1,20	226
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>13,50</b>	<b>13,60</b>	<b>3,23</b>	<b>188</b>
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,8	357
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром —	170		20,4	33,3	27,956	496
	<b>сред.</b>		<b>16,15</b>	<b>24,17</b>	<b>35,38</b>	<b>426</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	<b>сред.</b>		<b>4,89</b>	<b>7,27</b>	<b>37,10</b>	<b>234</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	80

Итого с  
самост.бл 79,00

Итого- 79,00

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn