

# Меню

№Сб. рег 4 день

## Наименование блюд

|   | выход        | стоимость    | белки        | жиры         | углев.      | ККАЛ      |
|---|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-----------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>               |              |              |              |              |             |           |
| 532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)                              | 90           |              | 0,4          | 0,4          | 8,8         | 42        |
| ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)                 | 30/15        |              | 6,2          | 4,90         | 15,4        | 131       |
| ТТК 2023 <b>Салат-бар</b>                                       | <b>55</b>    |              | <b>2,2</b>   | <b>5,8</b>   | <b>4,75</b> | <b>74</b> |
| капуста брокколи отварная                                       | 25           |              |              |              |             |           |
| фасоль красная консервиров.                                     | 25           |              |              |              |             |           |
| соль  | 0,12         |              |              |              |             |           |
| масло растительное  | 5            |              |              |              |             |           |
|   | <b>сред.</b> | <b>2,93</b>  | <b>3,70</b>  | <b>9,65</b>  | <b>82</b>   |           |
| <b>1-ые БЛЮДА</b>   |              |              |              |              |             |           |
| 103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками                 | 250/10       |              | 7            | 6,3          | 26,4        | 191       |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>   |              |              |              |              |             |           |
| ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные                              | 90           |              | 12,3         | 11,1         | 8,3         | 179       |
| ТТК 2020 Рыба запеченая   | 100          |              | 23,00        | 13,20        | 4,4         | 228       |
| ТТК 2021 Гуляш из птицы   | 45/45        |              | 13,2         | 13,8         | 3,00        | 189       |
|   | <b>сред.</b> | <b>16,17</b> | <b>12,70</b> | <b>5,23</b>  | <b>199</b>  |           |
| ТТК 2021 Плов с говядиной                                       | 40/160       |              | 11,1         | 13,3         | 34,5        | 305       |
| ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив. | 200/5        |              | 22,7         | 17,8         | 49,1        | 448       |
|   | <b>сред.</b> | <b>16,90</b> | <b>15,55</b> | <b>41,80</b> | <b>377</b>  |           |
| <b>ГАРНИРЫ</b>  |              |              |              |              |             |           |
| 304/2015 Рис отварной   | 180          |              | 4,6          | 6,5          | 48          | 269       |
| 309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)                      | 180          |              | 6,8          | 5,4          | 43,1        | 248       |
| 216/2004 Картофель тушёный                                      | 180          |              | 3,9          | 12,7         | 29,4        | 249       |
|   | <b>сред.</b> | <b>5,10</b>  | <b>8,20</b>  | <b>40,17</b> | <b>255</b>  |           |
| <b>НАПИТКИ</b>  |              |              |              |              |             |           |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                    | 200/8        |              |              |              | 8           | 32        |
| ТТК 2023 Напиток из урюка                                       | 200          |              | 0,8          | 0,1          | 18,5        | 79        |
|   | <b>сред.</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,03</b>  | <b>13,25</b> | <b>56</b>   |           |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                         | 15/15        |              | 1,89         | 0,25         | 14,13       | 68        |

Итого с  
самост.бл 79,00 22,12 19,53 78,83 582  
Итого- 79,00 26,49 24,88 82,43 660

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn