

# Меню

№3СБ. рел. 5 день

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

532/2013 Десерт фруктовый (яблоки) выход 90 стоимость белки 0,4 жиры 0,4 углеводов 8,8 ККАЛ 42

№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном) 30/15 6,2 4,9 15,4 131

ТТК 2023 Салат-бар 75 2,7 6,6 6,9 98

свекла отварная 45

кукуруза консервирован. 25

масло растительное 5

сред. 3,10 3,97 10,37 90

## 1-ые БЛЮДА

82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной 250/5 2,04 6,7 12,66 111

сред. 2,04 6,70 12,66 111

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром 60/5 15,2 6,1 2,2 124

ТТК 2022 Биточки рыбные из фарша мятая 90 11,01 8,5 6,03 145

260/2015 Гуляш из говядины 45/45 13,7 15,90 2,60 208

243/2015 Сосиски отварные 2шт/100 10,4 20,1 0,8 226

ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята) 100 26,7 24,5 1 332

сред. 15,40 15,02 2,53 207

## ГАРНИРЫ

303/2015 Каша гречневая вязкая 180 4,2 5,6 26,41 173

309/2015 Макароны изделия отварные (м/растит.) 180 6,8 5,4 43,1 248

312/2015 Пюре картофельное 180 4 5,6 26,4 175

сред. 5,00 5,52 31,97 199

## НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном 200/8/5 0,05 8,13 34

ТТК 2021 Напиток из шиповника 200 0,01 10,2 41

сред. 0,03 0,00 9,17 38

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 20/15 2,14 0,32 16,38 79

Итого с  
самост.блюд  
ом-  
Итого- 79,00 24,61 27,56 72,70 633

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn