

5 день

Меню

Наименование блюда

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016	Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023	Салат-бар	100		2,21	6,1	9,6	103
	капуста свежая	40					
	морковь свежая	40					
	горошек зелёный консервированный	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
ТТК 2019	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
	сред.			3,61	7,46	10,82	126

1-ые БЛЮДА

ТТК 2023	Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021	Рыба (филе) запечённая с сыром	75/5		17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022	Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019	Птица запечённая (цыплята)	90		24	21,6	0,8	294
ТТК 2020	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169

сред. 15,87 14,03 5,08 209

ТТК 2023	Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
ТТК 2017	Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/20		27,3	8,5	37	338
	сред.			18,80	9,70	29,30	282

ГАРНИРЫ

303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
309/2015	Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
312/2015	Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	сред.			4,77	5,22	30,50	189

НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.			0,28	0,03	11,80	50

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

20/15 2,14 0,32 16,38 79

Итого с
самост.бл 79,00 24,83 17,51 68,30 537
Итого с
Итого - 79,00 26,66 27,06 74,58 653

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn