

# Меню

МЕНЮ  
на 03.10.2023г.

| Раздел  | № рец.   | Блюдо                                                                                                                              | Выход,<br>г | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | ККАЛ |
|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------|-------|------|----------|------|
| ЗАКУСКИ | 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  |
|         | ТТК2023  | Салат бар(капуста пекинская,огурцы свежие,кукуруза консервированная,сухарики из пшеничного хлеба,масло растительное,зелень свежая) | 100         |      | 2     | 6,2  | 8,5      | 99   |
| ЗБЛЮДА  | ТТК2020  | Ежики мясные с рисом в соусе томатном                                                                                              | 60/40       |      | 9,57  | 10,4 | 9,23     | 169  |
|         | ТТК2021  | Рыба(филе)запеченая с сыром, с соусом Переменка                                                                                    | 80/5/ 10    |      | 19,8  | 14,2 | 3,2      | 221  |
|         | ТТК 2022 | Гуляш из говядины                                                                                                                  | 50/50       |      | 15,2  | 17,7 | 2,84     | 231  |
|         | ТТК2023  | Жаркое из птицы (грудки куриные)                                                                                                   | 50/150      |      | 16,2  | 15,8 | 22       | 296  |
| ГАРНИРЫ | 304/2015 | Рис отварной                                                                                                                       | 180         |      | 4,6   | 6,5  | 48       | 269  |
|         | 309/2015 | Спагетти отварные(м/сл)                                                                                                            | 180         |      | 6,72  | 6,1  | 43,1     | 254  |
|         | 139/2015 | Капуста тушеная                                                                                                                    | 180         |      | 4,32  | 7,4  | 18,24    | 160  |
| НАПИТКИ | ТТК2021  | Чай черный пакетированный с сахаром,лимоном                                                                                        | 200/8/5     |      | 0,05  |      | 8,13     | 34   |
|         | ТТК2021  | Напиток из вишни                                                                                                                   | 200         |      | 0,12  |      | 11,6     | 48   |
| ХЛЕБ    |          | Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный                                                                                                | 20/20       |      | 2,52  | 0,4  | 18,84    | 91   |
|         |          | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                       |             | 79,0 |       |      |          |      |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



*[Handwritten signature]*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

