

Меню

Завтрак младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
14/2015	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,35	6,8	28,53	208
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31
	Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	8,76	15,18	58,60	418

Горячий завтрак старшие

338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,8	8,2	9,5	120
ТТК 2019	Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
Итого:		55,00	8,78	19,27	71,50	489

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК	Ассорти овощное (помидоры, огурцы свежие с маслом)	30/30/5	0,54	5,08	1,71	55
ТТК 2021 г	Плов с куриными грудками	50/150	13,40	13,80	41,10	342
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,02		7,19	29
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55
Итого:		577	62,10	15,61	71,05	528

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки курин.,морковь отвар.,огурцы солён.,м/раст.)	80	5,2	9,5	1,50	113	
ТТК 2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль,помидоры св.огурцы сол.)	70	1,8	5,9	4,9	80	
ТТК Ассорти овощное (огурцы,помидоры свежие с маслом раст)	30/30/5	0,54	5,1	1,7	55	
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
	сред.	2,07	6,52	6,68	95	
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж.капусты с картофелем,с фрикадельками из птицы,со сметаной	250/11/10	3,8	8,2	9,5	128	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90	11,5	9,9	9,6	172	
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	13,7	1,8	212	
ТТК 2019 Цыплята запечённые	140	37,4	34,2	1,4	464	
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
	сред.	19,87	19,48	3,40	269	
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150	16,4	20,0	40	413	
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496	
	сред.	18,40	26,67	33,93	454	
ГАРНИРЫ						
ТТК2011 Спагетти отварные (м/слив.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК2016 Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178	
ТТК2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
	сред.	4,92	7,03	37,10	232	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,05		8,13	34	
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41	
	сред.	0,03	0,00	9,17	38	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

