

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
№ 15/2015 г	Сыр порциями	20	5,26	5,32		70	
№ 243/2015г	Сосиски отварные	50	5,20	7,21	3,40	112	
№173/2015г	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5	5,6	5,98	18,66	151	
ТТК 2021 г	Компот из замороженной вишни	180	0,10	0,03	10,41	43	
	Батон	35	2,62	1,01	17,99	92	
	Итого:	560	66,80	19,26	20,03	65,22	524

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	КАЛ	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015 Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,8	56	
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178	
ТГК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97	
помидоры свежие	40						
огурцы свежие	40						
фасоль консервированная	10						
сухарики из пшеничного хлеба	5						
масло растительное	5						
	сред.		1,63	6,13	11,80	110	
1-ЫЕ БЛЮДА							
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102	
97/2015 Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199	
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212	
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150	
	сред.		14,17	12,60	4,40	187	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,8	357	
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	493	
ТТК2019 Рыбный киш	180		25,9	32,06	36,563	540	
	сред.		19,39	26,80	35,77	464	
ГАРНИРЫ							
ТТК2018 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173	
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96	
	сред.		5,23	5,10	26,65	172	
НАПИТКИ							
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32	
ТТК2022 Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,9	49	
	сред.		0,04	0,04	9,95	40,5	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91	
Итого с							
самост. бл	79,00		79,00	23,58	33,33	76,36	706
Итого-	79,00		79,00	23,58	24,22	71,68	601

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidqvolen.ru

