

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК 2022 г	Запеканка рисовая с творогом	140		12,89	15,21	35,6	335
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
АКТ 2019	Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2 шт/30		2,73	3,32	14,32	100
	Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
	Итого:	507	66,80	18,03	19,74	81,87	588

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
ТТК 2023 Салат-бар	100	1,9	6,2	7	93	
помидоры свежие	40					
капуста свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
	сред.	1,59	6,13	11,43	109	
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102	
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гречками	250/10	7	6,3	26,4	191	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90	11,5	9,9	9,6	172	
ТТК 2022 Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5	19,1	19,1	2,5	260	
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75	17,4	5,0	3,32	128	
243/2015 Сосиски отварные с соусом Переменка	2шт/100/20	10,5	31,1	1,6	329	
	сред.	14,60	16,28	4,26	222	
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371	
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20,0	24,9	331	
	сред.	20,50	14,70	33,70	351	
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242	
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,6	3,3	8,9	80	
	сред.	4,70	6,04	28,13	186	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
648/2004 Кисель из концентрата	200			13,1	53	
	сред.	0,00	0,00	10,55	43	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,3	16,38	79	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

