

Завтрак младшие

№ 532/2013г. Десерт фруктовый (яблоки)
ТТК 2019г. Макароны изделия отварные с сыром
ТТК 2021г. Чай с сахаром, лимоном
Батон

100	0,4	0,4	9,8	47
150	8,99	8,21	32,12	239
200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	11,32	9,34	62,90	386

Горячий завтрак старшие

№ 338/201г. Плоды свежие (яблоки)
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной
ТТК2018 Маффин Классический
ТТК 2021 Напиток из шиповника
Хлеб пшеничный (белый)

100	0,4	0,4	9,8	47
250/10	2,08	6,8	9,3	107
50	3,92	15,1	28,19	264
200	0,01		10,18	41
40	3,04	0,32	19,7	94
Итого:	9,45	22,53	77,2	553

Бесплатное питание младшие

№ 532/2013г. Десерт фруктовый (яблоки)
ТТК 2023г. Салат - бар
Капуста квашеная
Морковь свежая
Зеленый горошек консервированный
Сухарики из пшеничного хлеба
Масло растительное
ТТК 2023г. Жаркое из птицы (грудки куриные)
ТТК 2023г. Напиток из урюка
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)

80	0,32	0,32	7,84	38
60	1,59	6,1	6,91	90
20				
20				
10				
5				
5				
40/120	12,98	10,63	28,5	262
200	2,86	2,06	20,34	111
10/10	1,25	1,08	9,42	46
520	19,00	20,19	73,01	547
Итого:	66,80			

Обед

88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, с мясными фрика-
дельками, со сметаной

200/11/15	3,46	7,2	7,74	118
-----------	------	-----	------	-----

Итого:	16,00	3,46	7,15	7,74	118
--------	-------	------	------	------	-----

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батонем)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2018 Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солен., м/рас)	80	2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 Салат-бар	100	2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40				
морковь свежая	40				
зеленый горошек консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
сред.	2,78	4,57	10,63	96	

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	2	6,7	12,7	120
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	189
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221
260/2015 Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
ТТК2022 Грудки куриные по-французски	серед.	14,36	13,51	5,01	199
ТТК2023 Жаркое из птицы (грудки куриные)	200	18,9	32,1	18,8	441
	50/150	16,2	15,8	22	296
	серед.	18,90	32,10	18,80	441

ГАРНИРЫ

ТТК2018 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушеная	180	4,32	7,4	18,24	160
	серед.	5,21	6,68	36,45	228

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК2023 Напиток из вишни	200	0,12	0,0	11,6	48
	серед.	0,06	0,02	9,80	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68

Итого с самост. бл юдом-	79,00	23,63	38,94	53,36	645
Итого-	79,00	24,30	25,03	76,01	631

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88