

МЕНЮ

Бесплатное питание младшие

№ 336/2015г Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
№173/2015г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	177
ТТК 2021 г Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/15	8,76	10,22	12,2	178
№ 648/2004 г Кисель из концентрата	180			11,79	47
Вафли весовые	1 шт/20	1,63	1,12	10,5	59
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	590	66,80	19,03	86,72	596

Обед

Наименование блюд		выход	стоимос:	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		2	6,2	8,52	99
	морковь свежая	40					
	капуста Пекинская	40					
	кукуруза консервированная	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					
	зелень свежая	0,5					
№1/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.	сред.		2,89	3,86	11,91	95
1-ые БЛЮДА							
ТТК2023	Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,56	6,9	17,26	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2021	Рыба запечённая с овощами	80/25		14,2	6,0	2,6	121
ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2021	Гуляш из куриных грудок	60/40		17,3	17,3	2,60	236
ТТК 2019	Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.	сред.		18,00	15,63	3,55	226
ТТК 2021	Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
	сред.	сред.		19,25	24,22	37,98	448
ГАРНИРЫ							
ТТК2016	Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2014	Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК2021	Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	сред.	сред.		5,09	6,06	39,18	233
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.	сред.		0,01	0,00	9,10	37
	Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	80

Итого с
самост.бл 79,00 24,29 28,40 75,36 660
Итого- 79,00 28,13 25,67 80,12 671

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

