

Меню

Завтрак младшие

Акт 2018 г. Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/135/20	8,86	6,72	52,95	309
ТТК 2021 г. Чай с сахаром	180/7	0,01		7,19	29
Итого:	35,00	8,87	6,72	60,14	338

Горячий завтрак старшие

№ 338/2011: Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
102/2015 Суп картофельный с горохом	250	5,87	5,5	19,28	151
ТТК 2021 Пицца с сыром	85	13,60	11,40	24	252
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	20,63	17,49	69,7	524

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
№ 71/2015г	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7	
ТТК 2022 г	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,56	10,92	9	170	
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207	
ТТК 2021 г	Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41	
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66	
	Итого:	620	62,10	17,64	16,16	79,41	538

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
сб.2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,1	1,14	7
ТТК 2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св.огурцы сол.)	70		1,8	5,9	4,9	80
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		5,15	10,5	7,8	147
сред.	сред.	2,03	5,71	7,83	92	
1-ые БЛЮДА						
102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2022 Котлеты Аппетитные	90		13,8	14,7	8	216
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	60/40		9,9	10,6	3,6	150
сред.	сред.	14,63	13,00	4,47	193	
ТТК 2021 Плов с говядиной	50/150		11,9	15,0	42,76	357
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК 2019 Рыбный киш	180		25,9	32,06	36,563	540
сред.	сред.	19,39	26,80	35,76	464	
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,2	291
ТТК 2011 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.	сред.	6,48	5,40	34,62	212	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2022 Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,9	49
сред.	сред.	0,04	0,04	9,95	40,5	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,5	21,1	102

Итого с
самост.бл
Итого-
Итого-

79,00

79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

