

Меню

Завтрак младшие

ТТК 2020 г Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10	17,04	5,37	25,7	222
№ 648/2004 Кисель из концентрата	200			13,10	53
Итого:	30,00	17,04	5,37	38,79	275

Горячий завтрак старшие

88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем, с мясными фрикадель-ками, со сметаной	250/11/10	3,8	8,2	9,5	128
ТТК2019	Кекс Волжский	50	3	10,4	29,8	211
348/2015	Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
	Итого:	48,00	8,55	18,83	76,65	500

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
ТТК	Салат из моркови (морковь свежая, сахарный песок, масло растит.)	60	0,63	2,04	2,34	80	
ТТК 2022 г	Чикен	90	11,10	8,20	12,09	110	
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные (масло сливочное)	150	5,60	5,06	35,91	180	
№ 699/2004г	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	9,43	51	
АКТ 2019	Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	1 шт/15	0,36	4,16	4,16	80	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	645	62,10	20,12	20,14	87,86	616

Обед

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 Салат "Прага" (грудки кури., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
37/2015 Салат картофельный с солёными огурцами	100		1,46	5,3	9,83	93
21/2003 Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,15	7,39	8,77	111
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,4	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
ТТК 2019 Цыплята запечённые	100		24,5	22,4	0,9167	304
ТТК2022 Чахохбили из куриных грудок	50/50		10,8	14,2	6,9	200
	сред.		17,45	16,35	4,10	233
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150		13,4	21,5	40	412
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		17,50	28,40	34,80	469
ГАРНИРЫ						
ТТК2014 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
ТТК2018 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		4,91	7,02	37,11	232
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25		2,77	0,5	21,09	102
Итого с самост.бл юдом-	73,00					
Итого-	73,00					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

