



Завтрак младшие

№3/2015 г. Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/15/10	5,9	11,96	12,93	184
№173/2016г. Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,34	6,79	28,52	208
№ 701/2004 Напиток яблочный	200	0,10	0,10	12,43	52
Итого:	35,00	12,34	18,85	53,88	444

Горячий завтрак старшие

№ 338/2011: Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/15	2,04	6,7	12,66	119
ТТК2018 Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
ТТК 2021 Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
Итого:	55,00	7,49	21,74	63,9	487

Бесплатное питание младшие

<u>Завтрашний завтрак</u>						
ТТК 2023 г	Салат - бар					
	Капуста белокачанная	60	1,59	6,1	7,25	91
	Морковь свежая	20				
	Зеленый горошек консервированный	20				
	Сухарики из пшеничного хлеба	10				
	Масло растительное	5				
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	5				
Акт 2020 г	Пюре картофельное	60/40	8,2	5	25,23	179
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	140	3,06	4,35	20,56	136
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	200	2,86	2,06	20,34	111
		10/10	1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	520	66,80	16,96	18,59	82,80
						563

Обед

82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	3,86	8,3	12,76	141
---	-----------	------	-----	-------	-----

Итого:	16,00	3,86	8,25	12,76	141
---------------	--------------	-------------	-------------	--------------	------------

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
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75	5,52	11,25	8,36	158
ТТК 2023 Салат-бар	100	2,21	6,1	9,6	103
капуста свежая	40				
морковь свежая	40				
горошек зелёный консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10	6,3	12,1	15,50	197
1-ые БЛЮДА	сред.	3,61	7,46	10,82	126
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5	17,5	10,6	2,5	175
ТТК 2022 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1	332
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
	сред.	16,54	14,76	5,13	219
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30	28	9,4	42,5	371
	сред.	19,15	10,15	32,05	299
ГАРНИРЫ					
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК2020 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44	175
	сред.	4,98	5,52	31,98	199

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

