

Завтрак младшие

№3/2015 г	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/15/10	5,9	11,96	12,93	184
№173/2015г	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5	6,6	5,98	33,06	220
ТТК 2023 г	Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46	79
	Итого:	35,00	13,30	18,00	64,45	483

Горячий завтрак старшие

<u>продукты питания</u>						
№ 338/2011	Фрукты свежие (яблоки)					
97/2015	Суп картофельный	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК2021	Пицца с сыром	250	2,52	3,0	19,8	117
ТТК 2021	Чай с сахаром	85	13,60	11,40	24	252
	Хлеб ржано - пшеничный	200/8	0,02	0	7,9	32
		25	1,9	0,2	12,3	59
	Итого:	55,00	18,44	15,00	73,5	507

Бесплатное питание младшие

ТТК 2023 г	Салат - бар					
	Капуста белокачанная	60	1,88	6,08	13,1	115
	Морковь свежая	20				
	Фасоль консервированная	20				
	Сушарики из пшеничного хлеба	10				
	Масло растительное	5				
Акт 2021 г	Грудка куриная в томатном соусе	5				
№ 303/2015	Каша рисовая вязкая	45/45	10,45	6,5	3,27	113
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	140	3,25	3,14	35,24	182
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	200/8	0,02		7,99	32
		10/10	1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	518	66,80	16,85	16,80	69,02
						488

Обед

97/2015	Суп картофельный со сметаной	250/20	3,04	6,0	20,52	149
	Итого:	16,00	3,04	6,00	20,5	149

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)		выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,8	56	
№1/2015	Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
ТТК 2016	Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5	6,5	11,30	1,10	132	
ТТК 2023	Салат-бар	100	2,5	6,1	10,42	108	
	капуста свежая	40					
	морковь свежая	40					
	фасоль консервированная	10					
	сухарики из пшеничного хлеба	5					
	масло растительное	5					

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
97/2015 Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,8	117

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199
ТТК 2019 Рыба (Филе) по-Московски	80/20	20,2	14,5	1,9	220
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	45/45	8,9	9,5	3,3	135
сред.		13,83	12,50	4,33	185
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150	18,00	29,40	24,70	438
ТТК 2019 Рыбный киш	170	24,40	30,20	34,60	600
сред.		17,83	24,30	31,27	448

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
ТТК2018 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120	4,68	4,32	10,56	96
сред.		5,07	5,45	32,02	197

НАПИТКИ

ГТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
ГТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,10	0,01	9,64	40,0

Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с

Итого с самост.бл. юдом-	79,00	21,61	30,66	67,61	670
Итого-	79,00	22,68	24,31	72,69	603



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88