

Завтрак младшие

№ 532/2013г. Десерт фруктовый (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
№173/2015г. Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	7,8	10,22	36,52	269
ТТК 2021 г Чай с сахаром	180/7	0,02		7,19	29
Батон	20	1,50	0,58	10,28	52
Итого:	35,00	9,80	18,48	63,87	463

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	250/10	2,04	6,7	12,66	119
ТТК2018 Пирожное Медовое	50	3,78	14,4	22,32	234
648/2004 Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	7,22	21,69	66,9	497

Бесплатное питание младшие

ТТК 2023 г	Салат - бар	60	3,59	6,1	18	141	
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокочанная	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40	8,2	5	10,23	119	
Акт 2020 г	Пюре картофельное	140	3,06	4,35	20,56	136	
ТТК 2022 г	Сок	180	0,90	0,18	18,20	83	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46	
	Итого:	500	66,80	17,00	16,71	76,41	525

Обед

82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	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	120		0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,21	6,1	9,6	103
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зеленый 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
Итого:	сред.	3,00	6,23	12,30	119	
1-ые БЛЮДА						
гтк2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, 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						
гтк 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
гтк 2022 Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
гтк 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
гтк 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Итого:	сред.	16,57	14,83	5,41	221	
гтк2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
гтк2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
Итого:	сред.	19,15	10,15	32,05	299	
ГАРНИРЫ						
гтк2016 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
гтк2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
гтк2021 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
Итого:	сред.	6,23	5,82	39,93	238	
НАПИТКИ						
гтк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,1	13,4	58
гтк 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Итого:	сред.	0,28	0,03	11,80	50	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого с самост.бл	79,00	24,95	16,76	74,99	558	
Итого:	79,00	28,59	27,27	88,28	718	

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

