

Завтрак младшие

№ 15/2015 г Сыр порциями	15	3,94	3,99	53
14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08
№173/2015г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,92	5,56	25,06
ТТК 2023 г Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46
Батон	30	2,25	0,87	15,42
Итого:	35,00	12,99	17,73	59,02

Горячий завтрак старшие

№ 338/201г Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142
ТТК2019 Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021 Комлот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	7,30	17,92	77	500

Бесплатное питание младшие

№ 532/2013г Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	38
ТТК 2023 г Салат - бар	60	1,88	6,08	7,76	94
Капуста квашеная	20				
Морковь свежая	20				
Фасоль консервированная	10				
Сухарики из пшеничного хлеба	5				
Масло растительное	5				
ТТК 2021 г Плов с говядиной	40/120	12,20	10,60	30,65	267
ТТК 2021 г Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46
Итого:	528	66,80	15,67	18,08	63,66

Обед

96/2015 Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками	200/11	3,91	7,4	14	139
Итого:		16,00	3,91	7,35	14

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2021 Салат "Столичный" с соусом Переменка	75	4,97	12,09	5,06	25	149
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4		131
Итого:	сред.	3,52	5,87	9,99		108
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86		102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,56	6,9	17,26		134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30	19	11,9	3,1		196
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8		216
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50	14,6	15,3	3,20		209
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100	26,7	24,5	1		332
Итого:	сред.	18,53	16,60	3,83		238
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48		400
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150	18,9	22,1	40		442
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150	0,00	0,00	0,00		0,00
Итого:	сред.	12,33	12,40	29,33		281
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48		269
ТТК2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1		254
ТТК2020 Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,44		175
Итого:	сред.	5,09	6,06	39,18		233
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13		34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200	0,14	0,0	11,15		46
Итого:	сред.	0,10	0,01	9,64		40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13		68

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого- 79,00 17,84 18,53 63,09 497
79,00 29,11 28,80 76,77 587

#poelidovolen

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88