

Завтрак младшие

№3/2015 г	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/8	6,26	10,66	15,48	184
№173/2015г	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5	5,6	5,98	18,66	151
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	180	0,01		9,16	37
Итого:		35,00	11,87	16,64	43,30	372

Горячий завтрак старшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
97/2015	Суп картофельный	250	2,52	3,0	19,8	117
ТТК2021	Пицца с сыром	85	13,60	11,40	24	252
ТТК 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,02		7,9	32
	Хлеб пшеничный (белый)	35	2,66	0,28	17,2	82
Итого:		55,00	19,20	15,08	78,4	530

Бесплатное питание младшие

ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,62	6,1	6,92	90	
	Огурцы свежие порциями	20					
	Помидоры свежие порциями	20					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
Акт 2021 г	Грудка куриная в томатном соусе	45/45	10,45	6,5	3,27	113	
Акт 2016 г	Рис отварной	140	3,57	5,07	37,34	209	
	Напитки на выбор:						
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
ТТК 2022 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,10	0,04	10,70	44	
			0,06	0,02	9,35	38	
			1,25	1,08	9,42	46	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10					
	Итого:	510	66,80	16,95	18,77	66,30	496

Обед

97/2015	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11	3,84	4,0	15,94	116
Итого:		16,00	3,84	3,95	15,9	116

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Плоды 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 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
сред.		1,63	6,13	11,80	110	
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	85/20		21,4	14,9	1,9	227
ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
сред.		14,57	13,00	4,43	192	
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ТТК2019 Рыбный киш	200		28,7	35,6	40,65	600
сред.		20,07	27,41	34,37	467	
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сп.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК2016 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						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,07	0,01	9,58	39,0	
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
Итого с		79,00	23,90	33,87	72,12	695
самост.бл		14,00	23,47	24,90	74,21	617

#poelidovolen

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88