

Меню

Завтрак младшие

15/2015 Сыр порциями	15	3,94	3,99	53
№ 173/2015 Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	201
ТТК 2021 Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	31
Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	108
Батон	20	1,50	0,58	52
Итого:	35,00	10,88	15,78	62,67

Горячий завтрак старшие

№ 338/2011 Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
сб.1983 Суп гороховый с гречками	250/15	10,82	7,2	28,79	224
ТТК 2021 Сосиски в тесте	100	10,76	15,6	31,66	312
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,1	0,04	10,71	44
Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
Итого:	55,00	23,33	23,48	92,2	682

Бесплатное питание младшие

ТТК 2022 г	Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,56	10,92	9	170	
ТТК 2011 г	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207	
№ 71/2015 г	Овощи натуральные свежие (огурцы) (доп. гарнир)	25	0,17	0,02	0,47	3	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31	
	Вафли весовые	2 шт/40	3,26	2,24	21	118	
	Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55	
	Итого:	532	62,10	19,94	17,90	85,00	584

Обед

Наименование блюда	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	
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178	
сб.2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,1	1,14	7	
тТК 2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль,помидоры св.огурцы сол.)	70	1,8	5,9	4,9	80	
тТК 2016 Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками с маслом раст.	60	4,4	9,0	6,6	126	
	сред.	1,85	5,41	7,59	88	
1-ЫЕ БЛЮДА						
сб.1983 Суп гороховый с гречками, с фрикадельками из птицы	250/10/11	10,5	7,0	24,31	202	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тТК 2022 Котлеты Школьные	90	11,7	10,5	7,8	169	
тТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20	20,2	13,7	1,8	212	
тТК 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	70/5	19	18,1	0,3	241	
тТК2020 Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33,0	1,8	391	
	сред.	18,40	18,83	2,93	253	
тТК2016 Лазанья с мясом	200	21,7	28,0	36,8	493	
тТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170	20,4	33,3	27,956	496	
тТК2018 Блинчики п/ф со сгущённым молоком	4шт/180/15	11	8	64,1	373	
	сред.	17,70	23,11	42,95	454	
ГАРНИРЫ						
тТК2011 Спагетти отварные (м/слив.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
тТК2016 Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
тТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80	
	сред.	4,97	4,86	26,10	167	
НАПИТКИ						
тТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34	
тТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0,0	11,2	46	
	сред.	0,10	0,01	9,67	40	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30	3,32	0,6	25,308	122	

Итого с
самост. бл
Итого- 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

