

Завтрак младшие

№3/2015 г. Бутерброд с сыром (батон)	30/15	6,19	4,86	15,42	131
№173/2015 г. Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181
ТТК 2021 г. Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	9,35	53
Печенье весовое	2 шт/30	2,07	4,14	22,2	134
Итого:	35,00	15,53	15,24	72,05	499

Горячий завтрак старшие

103/2015 Суп картофельный с вермишелью, с фрикадельками из птицы	250/11	4,7	4,5	20,9	144
ТТК 2020 Эч - почмак с говядиной	100	6,0	4,90	40,0	229
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55,00	12,21	9,70	85	480

Бесплатное питание младшие

№ 20/2015 г	Салат из свежих огурцов	60	0,39	3,65	1,08	39	
ТТК 2021 г	Бифштекс рубленый по - домашнему	90	9,40	10,20	8,36	162	
ТТК 2014 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,39	41,87	242	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35	
	Итого:	522	62,10	18,36	19,52	72,78	542

Обед

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		5,15	10,5	7,8	147
ТТК 2019 Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, м/раст.)	80		3,6	8,4	1,20	95
612/2004 Икра кабачковая	60		1,14	5,3	4,6	71
сб.2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,1	1,14	7
сред.			2,14	4,93	4,91	73
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2021 Рыба запеченная (филе)	75		17,4	5,0	3,3214	128
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (с перемной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
сред.			14,66	11,98	4,25	183
ТТК 2021 Запеканка картофельная с мясом, маслом	200/5		14,5	22,0	28	364
ТТК2019 Рыбный киш	180		25,9	32,06	36,563	540
сред.			20,19	27,03	32,28	452
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
ТТК2016 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,2	291
ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
сред.			5,61	6,90	31,62	210
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
348/2015 Компот из плодов сушеных (урук)	200		1	0,1	30,56	128
сред.			0,50	0,04	19,28	80
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,5	21,1	102
Итого с самост.бл		79,00				
Итого		79,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

