

Завтрак младшие

№ 532/2013г Десерт фруктовый (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019г Макаaronные изделия отварные с сыром	150	7,9	7,01	38,2	254
ТТК 2023г Напиток из вишни	180	0,11	0,03	10,41	43
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	10,28	8,16	71,26	410

Горячий завтрак старшие

№ 338/201г Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	2	6,7	12,7	120
ТТК 2018 Пирог Зебра	50	3,78	14,4	22,32	234
648/2004 Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого:	55,00	7,68	21,79	71,4	520

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		5,43	6,65	6,78	108
	Огурцы свежие порциями	20					
	Капуста белокачанная	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/120		8,64	7,5	21,63	189
	Напитки на выбор:						
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
ТТК 2023 г	Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
				0,09	0,45	19,47	83
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
	Итого:	540	66.80	15.81	16,08	67,10	473

Обед

88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10	3,46	7,2	7,74	110
		16,00	3,46	7,2	7,74	110

Наименование блюда

	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
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
огурцы свежие	40					
капуста Пекинская	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
зелень свежая	0,5					
сред.		2,89	3,86	11,90		95

1-ые БЛЮДА

ТТК 2023 Бульон куриный с птицей, гречкой, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,8	6,86	102
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10	2	6,7	12,7	120

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90	17,1	17,2	1,20	226
ТТК 2022 Гуляш из говядины	50/50	15,2	17,7	2,84	231
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221
сред.		15,42	14,88	4,12	212

ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20	20,2	21,7	36,1	422
ТТК 2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226
сред.		15,25	16,30	28,85	324

ГАРНИРЫ

ТТК 2016 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
ТТК 2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2023 Капуста тушеная	180	4,32	7,4	18,24	160
сред.		5,21	6,68	36,45	228

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2023 Напиток из вишни	200	0,12	0,0	11,6	48
сред.		0,06	0,02	9,80	40,00

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с

Итого с самост.бл	79,00	20,34	20,50	66,93	538
Итого-	79,00	26,72	26,75	78,64	654

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen

Мобильное приложение «Поел и доволен» WWW.POELIDOVOLEN

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