

Завтрак младшие

№ 338/2015г Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
№ 173/2015г Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,35	6,8	28,53	208
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	8,76	15,18	58,60	418

Горячий завтрак старшие

338/2015г Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем, мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,8	8,2	9,5	120
ТТК 2019 Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
Итого:	55,00	8,78	19,27	71,50	489

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
т.т.к.	Ассорти овощное (помидоры, огурцы свежие с маслом)	30/30/5		0,54	5,08	1,71	55
т.т.к. 2021 г	Плов с куриными грудками	50/150		13,40	13,80	41,10	342
т.т.к. 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
	Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
	Итого:	577	62,10	15,61	19,53	71,05	528

Обед

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 2019 Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
ТТК 2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св. огурцы сол.)	70		1,8	5,9	4,9	80
ТТК Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие с маслом раст)	30/30/5		0,54	5,1	1,7	55
№ 1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
сред.	сред.		2,07	6,52	6,68	95
1-ые БЛЮДА						
88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,8	8,2	9,5	128
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	13,7	1,8	212
ТТК 2019 Цыплята запечённые	140		37,4	34,2	1,4	464
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
сред.	сред.		19,87	19,48	3,40	269
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150		16,4	20,0	40	413
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
сред.	сред.		18,40	26,67	33,98	454
ГАРНИРЫ						
ТТК 2011 Спагетти отварные (м/слив.)	180		6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
ТТК 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
сред.	сред.		4,92	7,03	37,10	232
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
сред.	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/25		3,4	0,5	25,8	125
Итого с самоост. бл	79,00					
Итого с самоост. бл	79,00					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn