

Завтрак младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
14/2015	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	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	180/7	0,01		7,19	29
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	9,09	15,32	61,07	429

Горячий завтрак старшие

№ 338/2015г	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/5	1,95	5,9	9,12	99
ТТК2019	Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,1	0,04	10,71	44
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого:		55,00	7,15	17,08	72,93	477

Бесплатное питание младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2021 г	Плов с куриными грудками	50/150	13,40	15,20	41,10	354
№ 71/2015 г	Овощи натуральные свежие (огурцы) (доп. гарнир)	30	0,21	0,03	0,57	3
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	180	0,01		9,16	37
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35
Итого:		540	62,10	15,91	74,76	509

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.	2,07	6,52	6,68	95	
1-ые БЛЮДА							
88/2015	Щи из свеж.капусты с картофелем,с фрикадельками из птицы,со сметаной	250/11/5	3,33	6,4	7,4	120	
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	130	35	31,8	1,3	431	
243/2015	Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
		сред.	19,27	18,88	3,38	260	
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.	18,40	26,67	33,98	454	
ГАРНИРЫ							
ТТК2011	Спагетти отварные (м/слив.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК2019	Рагу овощное	180	3,36	9,2	20,2	178	
ТТК2016	Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
		сред.	4,92	7,03	37,10	232	
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	20/15	2,14	0,3	16,38	79	

Итого с
самост.бл
Итого- 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn