

Завтрак младшие

№ 1/2015 г	Бутерброд с маслом (батон)	40/15	3,12	12,03	20,68	204
№173/2015г	Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с мас	150/5	5,97	6,85	25,68	191
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	180/7/5	0,06	0,01	7,34	31
	Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108
Итого:		35,00	9,93	25,01	66,20	534

Горячий завтрак старшие

№ 338/2011	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10	2,04	6,7	12,66	119
ТТК2018	Пирожное песочное нарезное	50	3,4	13,9	33,5	253
ТТК 2021	Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
	Хлеб пшеничный (белый)	35	2,66	0,28	17,2	82
Итого:		55,00	8,59	21,36	85,3	551

Бесплатное питание младшие

ТТК 2023 г	Салат - бар	60	3,59	6,1	18	141	
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокочанная	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая	90	9,8	2,01	10,2	98	
Акт 2020 г	Пюре картофельное с маслом сливочным	140/5	3,1	7,97	20,59	169	
	Напитки на выбор:						
№630/1998г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
ТТК 2021 г	Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	40	
			0,015	0	9,085	36	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46	
	Итого:	515	66,80	17,76	17,16	67,30	490

Обед

82/2015	Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	3,86	8,3	12,76	141
---------	---	-----------	------	-----	-------	-----

Итого: 16,00 3,86 8,25 12,8 141

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
338/2015 Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
612/2004 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ТТК 2023 Салат-бар	100		2,21	6,1	9,6	103
	капуста свежая	40				
	морковь свежая	40				
	горошек зелёный консервированный	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
	сред.		1,70	6,09	12,30	112
1-ые БЛЮДА						
ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
ТТК 2021 Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
280/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
ТТК2020 Биточки рыбные из минтая	90		6,2	5,9	5,9	135
	сред.		13,68	12,56	4,37	191
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
	сред.		28,00	9,40	42,50	371
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (м/сл.)	180		8,8	5,4	43,1	248
ТТК2016 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,79	6,72	29,90	200
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с
самост.бл
юдом-
Итого- 79,00 32,22 15,85 82,74 611
79,00 22,89 25,73 74,51 630

#poelidovolen

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

WWW.POELIDOVOLEN