

# Меню

## Завтрак младшие

|            |                                     |            |      |      |       |     |
|------------|-------------------------------------|------------|------|------|-------|-----|
| Акт 2018 г | Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком | 3шт/135/20 | 8,86 | 6,72 | 52,95 | 309 |
| ТТК 2021 г | Чай с сахаром                       | 180/7      | 0,01 |      | 7,19  | 29  |
| Итого:     |                                     | 35,00      | 8,87 | 6,72 | 60,14 | 338 |

## Горячий завтрак старшие

|            |                                        |       |       |       |       |     |
|------------|----------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-----|
| № 338/2015 | Плоды свежие                           | 100   | 0,4   | 0,40  | 9,8   | 47  |
| 102/2015   | Суп картофельный с горохом             | 250   | 5,87  | 5,54  | 19,28 | 151 |
| ТТК 2017   | Кекс Декорированный                    | 50    | 4,45  | 11,53 | 35    | 256 |
| ТТК 2021   | Компот из замороженной компотной смеси | 200   | 0,13  | 0,02  | 11,15 | 48  |
|            | Хлеб ржано - пшеничный                 | 30    | 1,5   | 0,3   | 13,5  | 66  |
| Итого:     |                                        | 55,00 | 12,35 | 17,79 | 88,41 | 566 |

## Бесплатное питание младшие

|              |                                                 |       |       |       |       |     |
|--------------|-------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-----|
| № 338/2015 г | Плоды свежие                                    | 100   | 0,4   | 0,4   | 9,8   | 47  |
| ТТК 2022 г   | Ёжики мясные с рисом в соусе томатном           | 60/40 | 9,56  | 10,92 | 9     | 170 |
| ТТК 2011 г   | Макаронные изделия отварные                     | 150   | 5,64  | 4,46  | 35,94 | 207 |
| № 71/2015 г  | Овощи натуральные свежие (огурцы) (доп. гарнир) | 25    | 0,17  | 0,02  | 0,47  | 3   |
| № 648/2004 г | Кисель из концентрата                           | 180   |       |       | 11,79 | 47  |
|              | Хлеб ржано - пшеничный                          | 25    | 1,25  | 0,25  | 11,25 | 55  |
| Итого:       |                                                 | 580   | 62,10 | 17,02 | 78,25 | 529 |

## Обед

| Наименование блюд                                                       | выход  | стоимость | белки | жиры  | углев. | ККАЛ |
|-------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|-------|-------|--------|------|
| <b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>                       |        |           |       |       |        |      |
| 338/2015 Плоды свежие                                                   | 100    |           | 0,4   | 0,4   | 9,8    | 47   |
| №1/2015 Бутерброд с маслом (батон)                                      | 30/15  |           | 2,4   | 11,7  | 15,50  | 178  |
| сб.2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)                               | 60     |           | 0,42  | 0,1   | 1,14   | 7    |
| ТТК 2016 Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св.огурцы сол.) | 70     |           | 1,8   | 5,9   | 4,9    | 80   |
| ТТК 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.   | 60     |           | 4,4   | 9,0   | 6,6    | 126  |
|                                                                         | сред.  |           | 1,88  | 5,41  | 7,59   | 88   |
| <b>1-ые БЛЮДА</b>                                                       |        |           |       |       |        |      |
| 102/2015 Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы           | 250/11 |           | 7,76  | 7,2   | 19,4   | 174  |
| <b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>                                                     |        |           |       |       |        |      |
| ТТК 2022 Котлеты Аппетитные                                             | 90     |           | 13,8  | 14,7  | 8      | 216  |
| ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски                                       | 80/20  |           | 20,2  | 13,7  | 1,8    | 212  |
| ТТК 2021 Грудка куриная в томатном соусе                                | 60/40  |           | 9,9   | 10,6  | 3,6    | 150  |
|                                                                         | сред.  |           | 14,63 | 13,00 | 4,47   | 193  |
| ТТК 2021 Плов с говядиной                                               | 40/160 |           | 11,9  | 15,0  | 42,76  | 357  |
| ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром                                      | 170    |           | 20,4  | 33,3  | 27,956 | 496  |
| ТТК 2019 Рыбный киш                                                     | 180    |           | 25,9  | 32,06 | 36,563 | 540  |
|                                                                         | сред.  |           | 19,39 | 26,80 | 35,76  | 464  |
| <b>ГАРНИРЫ</b>                                                          |        |           |       |       |        |      |
| ТТК 2016 Каша гречневая вязкая                                          | 180    |           | 4,2   | 5,6   | 26,41  | 173  |
| ТТК 2011 Макаронные изделия отварные (с м/раст.)                        | 180    |           | 6,77  | 5,4   | 43,13  | 248  |
| ТТК 2020 Овощная смесь (Европейская) отварная                           | 100    |           | 3,9   | 3,6   | 8,8    | 80   |
|                                                                         | сред.  |           | 4,96  | 4,84  | 26,11  | 167  |
| <b>НАПИТКИ</b>                                                          |        |           |       |       |        |      |
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром                            | 200/8  |           |       |       | 8      | 32   |
| ТТК 2022 Компот из свежих яблок                                         | 200    |           | 0,08  | 0,1   | 11,9   | 49   |
|                                                                         | сред.  |           | 0,04  | 0,04  | 9,95   | 40,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с                                 | 20/20  |           | 2,52  | 0,4   | 18,84  | 91   |
| Итого с самост.бл                                                       |        | 79,00     |       |       |        |      |
| Итого-юдом-                                                             |        | 79,00     |       |       |        |      |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

