

Меню

Завтрак младшие

№ 338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК 2019 г	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	11,66	9,48	65,32	397

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	250/5	1,95	6,0	9,12	99
ТТК2018	Пирог Зебра	50	3,78	14,4	22,32	234
648/2004	Кисель из концентрата	200			13,1	53
	Хлеб пшеничный (белый)	30	2,28	0,24	14,8	71
Итого:		55,00	8,41	20,98	69,1	504

Бесплатное питание младшие

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	60	0,24	0,24	5,88	28	
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,59	6,1	8,6	93	
	Капуста квашеная	25					
	Морковь свежая	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Жаркое по - домашнему	40/120	14,64	12,94	21,63	262	
ТТК 2021 г	Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46	79	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	0,18	9,42	46	
	Итого:	500	66,80	18,52	19,52	63,99	508

Обед

88/2015	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мяс- ными фрикадельками	250/5/11	3,77	7,6	9,22	121
		16.00	3.77	7.6	9.22	121

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
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4	131
ТТК 2016 Салат с фасолью (фасоль к/с,морковь отвар.,огурцы солён.,м/рас)	80	2,44	6,7	6,8	98
ТТК 2023 Салат-бар	100	2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40				
морковь свежая	40				
зелёный горошек консервированный	10				
сухарики из пшеничного хлеба	5				
масло растительное	5				
	сред.	2,76	4,55	10,13	94
1-ые БЛЮДА					
ТТК2023 Бульон куриный с птицей,гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	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 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,57	10,4	9,23	169
ТТК 2021 Голень куриная в сливочном маринаде	90	22,7	30,4	1,80	371
260/2015 Гуляш из говядины	45/45	13,7	15,90	2,60	208
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром,соусом Переменка	80/5/10	19,8	14,2	3,2	221
	сред.	16,44	17,73	4,21	242
ТТК 2020 Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с соусом Переменка	160/15	19	20,9	34,1	401
ТТК2023 Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120	10,3	10,9	21,6	226
	сред.	14,65	15,90	27,85	314
ГАРНИРЫ					
304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,1	254
ТТК2023 Капуста тушёная	180	4,32	7,4	18,24	160
	сред.	5,21	6,68	36,45	228

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

