

Завтрак младшие

№3/2015 г	Бутерброд с маслом (батон)	30/10	2,33	8,12	15,5	145
№ 173/2015г	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5	4,6	5,08	32,55	201
ТТК 2021 г	Чай с молоком	180/7	1,36	0,68	9,35	53
	Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108
Итого:		35,00	9,07	20,00	69,90	507

Горячий завтрак старшие

№ 338/2011	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
96/2015	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,54	6,9	17,28	142
ТТК2018	Пирожное песочное нарезное	50	3,4	13,9	33,5	253
ТТК 2021	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,1	0,04	10,71	44
	Хлеб пшеничный (белый)	40	3,04	0,32	19,68	94
Итого:		55,00	9,48	21,54	91,0	580

Бесплатное питание младшие

Акт 2018 г	Блинчики со сгущенным молоком	45/10	3,19	2,52	19,5	114	
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша минтая с з/горошком отварным	65/25	8,08	9,15	7,29	152	
Акт 2020 г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,32	8,28	22,06	179	
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,02		7,19	29	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Итого:	522	62,10	16,88	20,26	72,63	554

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
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батонном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
сб.2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	70		0,77	0,1	2,7	17
ТТК 2021 Салат с фасолью (фасоль консер, морковь отв, огурцы солён, м/раст.)	70		2,2	5,9	6	86
ТТК 2016 Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
	сред.		2,97	4,85	7,86	83,00
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
ТТК 2020 Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		15,34	14,58	3,42	206
ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		26,30	28,90	44,10	366
ГАРНИРЫ						
ТТК2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК2021 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	сред.		4,27	6,05	37,22	222
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК2022 Компот из свежих яблок	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/25		3,4	0,5	25,8	125

Итого с
самост. бл 79,00
Итого- 79,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.PCHELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88