

Меню

Завтрак младшие

№ 16/2015 г Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
№ 173/2015г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,92	5,56	25,06	181
ТТК 2021 г Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
Печенье весовое	3 шт/45	3,10	6,21	33,3	201
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	14,89	16,49	79,38	536

Горячий завтрак старшие

№ 338/201г Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142
ТТК2019 Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021 Напиток из вишни	200	0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	7,30	17,92	77	500

Бесплатное питание младшие

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	60	0,24	0,24	5,88	28	
ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,88	4,31	16,4	112	
	Капуста белокачанная	20					
	Морковь свежая	20					
	Фасоль консервированная	15					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с птицей	40/120	12,16	10,60	25,87	248	
№630/1996г	Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	0,18	9,42	46	
	Итого:	508	66.80	15.55	15.33	65.56	466

Обед

96/2015 Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками	200/11	3,91	7,4	14	139
--	--------	------	-----	----	-----

Итого: 16,00 3,91 7,35 14 139

Наименование блюда

	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 2023 Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
ТТК 2021 Салат "Столичный " с соусом Переменка	75	4,97	12,09	5,0625		149
№1/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15	6,2	4,9	15,4		131
	сред.	3,52	5,87	9,99		108

1-ые БЛЮДА

ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,56	6,9	17,26	134

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба запеченная с овощами	90/30	19	11,9	3,1	196
ТТК 2023 Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216
ТТК 2021 Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2016 Птица запеченная (цыплята)	90	24	21,6	0,8	294
сред.		17,85	15,88	3,78	229
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200	18,1	15,1	48	400
ТТК 2021 Плов с птицей	50/150	18,9	22,1	40	442
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150	18,00	29,40	24,70	438
сред.		18,33	22,20	37,57	427

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
ТТК2020г Пюре картофельное	150	3,3	4,7	22	146
сред.		4,87	5,77	37,70	223

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2021 Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0,0	11,15	46
сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,25	14,13	68

Итого с 79,00 23,81 28,33 71,26 642
самост.бл
Итого: 19,00 28,20 27,78 75,17 667

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn