

Завтрак младшие

№ 15/2015 г Сыр порциями	15	3,94	3,99	53
14/2015 Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	66
№ 173/2015 г Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,92	5,56	25,06
ТТК 2023 г Напиток из урюка	200	0,80	0,06	18,46
Батон	30	2,25	0,87	15,42
Итого:		12,99	17,73	59,02
				458

Горячий завтрак старшие

№ 338/2011 Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,56	6,9	17,26	142
ТТК 2019 Кекс Волжский	50	3,2	10,4	29,8	221
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	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

№ 532/2013 г Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	38
ТТК 2023 г Салат - бар	60	1,88	6,08	7,76	94
Капуста квашеная	20				
Морковь свежая	20				
Фасоль консервированная	10				
Сухарики из пшеничного хлеба	5				
Масло растительное	5				
ТТК 2021 г Плов с говядиной	40/120	12,20	10,60	30,65	267
ТТК 2021 г Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46
Итого:		528	66,80	15,67	18,08
					63,66
					477

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 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
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	5,06	25
№ 1/2015 Бутерброд с сыром (с батонном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
1-ые БЛЮДА	сред.		3,52	5,87	9,99	108
ТТК 2023 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 куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,20	209
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		18,53	16,60	3,83	238
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2021 Плов с куриными грудками	50/150		18,9	22,1	40	442
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	150		0,00	0,00	0,00	0,00
	сред.		12,33	12,40	29,33	281
ГАРНИРЫ						
ТТК 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2014 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
ТТК 2020 Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	сред.		5,09	6,06	39,18	233
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,10	0,01	9,64	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68

Итого с самост.бл людом-	79,00	17,84	18,53	63,09	497
Итого-	79,00	29,11	28,80	76,77	687

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88

#poelidovolen