

№СБ. пер 4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90		0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2023 Салат-бар	60	1,34	5,1	3,8	67	
помидоры свежие	40					
фасоль консервиров.	15					
масло растительное	5					
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с)	30/15	6,2	4,90	15,4	131	
сред.		2,65	3,47	9,33	80	
1-ые БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	65/25	1,34	5,1	3,8	67	
ТТК 2023 Котлеты Столичные	90	12,4	13,5	7,8	199	
ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята)	90	24	22,0	0,87	298	
сред.		12,58	13,53	4,16	188	
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448	
ТТК 2021 Плов с птицей	40/160	15,44	19,3	45,88	419	
сред.		19,07	18,55	47,49	434	
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
309/2015 Спагетти отварные (масло сливоч.)	180	6,8	5,4	43,1	248	
ТТК 2016 Картофель запечённый (с паприкой)	150	3,50833	8,25	28,42	202	
сред.		4,97	6,72	39,84	240	
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200	0,01		10,2	41	
сред.		0,01	0,00	9,10	37	
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15	2,14	0,32	16,38	79	
Итого с сметой блюда		79,00	23,86	22,33	82,30	629
Итого-		79,00	22,34	24,04	78,81	623