

Меню

Меню на понедельник 20 января 2025 года

Наименование блюд	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
САЛАТЫ						
338 Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	90		0,36	0,36	8,82	42
№3/2015 Бутерброд с сыром	30/15		6,195	4,86	15,42	131
ТТК Салат из моркови	100		3,43	0,2	3,8	23
47/2015 Салат из квашенной капусты	100		0,7	0,1	1,9	12
	сред.		2,671	1,38	7,485	52
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
103/2015 Суп картофельный с вермишелью	250		3,575	5,938	44,848	250
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2024 Рыба (филе) по-Московски	70/20		17,024	14,728	1,79	209
ТТК Птица запеченная (цыплята)	100		26,697	24,45	0,97	332
ТТК 2024 Ежики мясные с рисом п/ф в соусе для запекания	60/30		12,638	13,909	10,985	220
№243 Сосиски отварные	100		11,4	15,71	8,8	222
	сред.		16,951	17,109	5,636	246
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2737/2023 Плов с говядиной	40/160		15,44	19,29	51,2	430
	сред.		15,44	19,29	51,2	430
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,601	6,521	48,017	269
ТТК2015 Макаaronные изделия отварные	180		6,053	3,682	43,087	229
ТТК2020 Овощная смесь отварная	100		3,554	3,327	8,885	80
	сред.		4,736	4,51	33,33	193
НАПИТКИ						
ТТК Чай пакетированный с сахаром	200/8				7,984	32
ТТК 2693/2023 Напиток из урюка	200		0,02	0	7,99	32
	сред.		0,02	0	7,987	32
ХЛЕБ						
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	сред.		1,26	0,18	9,42	46
ИТОГО:		79,00	44,332	50,883	136,761	1194

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

