

Меню

Меню на вторник 3, 17 марта 2026 года

Наименование блюда	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
САЛАТЫ						
338/2015 Фрукты и ягоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
ТТК Бутерброд горячий с сыром (батон в/с)	30/15		6,195	4,86	15,42	131
ТТК Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	100		7,361	14,981	11,144	210
52/2015 Салат из свеклы отварной (с маслом)	100		1,425	6,089	8,36	94
	сред.		3,845	6,583	11,181	121
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
102/2015 Суп картофельный с крупой (рис)	250		2,12	2,878	17,435	104
ТТК Грудки куриные отварные (филе)	10		2,394	2,061		28
Гренки из пшеничного хлеба	10		1,197	0,126	7,746	37
	сред.		5,711	5,065	25,181	169
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2024 Рыба (филе) по-московски	100/20		23,384	15,088	1,79	238
ТТК Шашлык из куриных грудок (на шампуре)	100		24,162	21,455	1,26	293
ТТК 2024 Ежики мясные с рисом п/ф в соусе для запекания	60/40		9,174	19,074	9,925	248
ТТК 2021 Гуляш из филе грудок индейки	50/50		10,002	8,051	2,081	121
243/2015 Сосиски отварные	100		7,01	8,074	0,8	104
ТТК 2022 Картофель тушеный с фаршем	190		14,15	13,143	28,272	288
	сред.		14,647	14,148	7,355	215
ГАРНИРЫ						
ТТК 2014 Каша полбяная рассыпчатая	180		4,314	5,537	23,306	160
ТТК 2016 Спагетти отварные	180		6,722	6,079	43,083	254
312/2015 Пюре картофельное	180		3,938	5,588	26,432	175
129/2015 Капуста цветная отварная	180		5,42	6,045	9,106	114
	сред.		5,099	5,812	25,482	176
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай пакетированный с сахаром	200/8				7,984	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200		0,08	0,064	9,46	42
	сред.		0,8	0,064	8,722	37
ХЛЕБ						
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
	сред.		1,26	0,18	9,42	46
ИТОГО:		93,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)224-33-88

poelidovolen.ru

