

Меню

Меню на вторник 3, 17 декабря 2024 года

Наименование блюда	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
САЛАТЫ						
338 Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК Бутерброд горячий с сыром (батон в/с)	30/15		6,159	4,86	15,42	131
2001 Салат из моркови с яблоками	100		0,99	5,14	8,786	85
45/2015 Салат из белокачанной капусты	100		1,552	5,085	9,408	91
	сред.		2,304	3,891	11,344	91
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
88/2015 Щи из свежей капусты с картофелем	250		8,05	5,125	37,69	229
ТТК Сметана	10		0,26	1,5	0,36	16
	сред.		8,31	66,25	38,05	245
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2024 Рыба (филе) запеченая с сыром, соусом Переменка	80/5/5		17,643	6,732	3,025	144
ТТК2022 Чахохбили из филе куриных грудок	50/50		14,654	17,518	6,938	245
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,194	17,678	2,845	231
	сред.		15,83	13,946	4,269	207
Самостоятельные вторые блюда						
ТТК2015 Пельмени Для Умников и умниц отварные с маслом	180/5		20,449	16,359	44,197	406
ТТК 2023 Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/160		12,89	15,91	35,79	341
	сред.		16,67	16,135	39,994	374
ГАРНИРЫ						
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,946	6,479	50,249	291
ТТК2016 Спагетти отварные	180		6,722	6,079	43,083	254
ТТК 2020 Овощная смесь отварная	100		3,554	3,327	8,885	80
	сред.		6,074	5,295	34,072	208
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34
ТТК2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
	сред.		0,063	0,043	10,037	42
ХЛЕБ						
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,52	0,16	9,8	47
Хлеб пшеничный	20		1	0,2	9	44
	сред.		1,26	0,18	9,42	46
ИТОГО:		79,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

