

# Меню

Меню на понедельник 9, 23 декабря 2024 года

Наименование блюда	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
<b>САЛАТЫ</b>						
338 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№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		1,638	5,086	7,72	86
	сред.		2,936	2,657	9,675	74
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		6,937	5,937	44,312	258
	сред.		6,937	5,937	44,312	258
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
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 2022 Котлеты аппетитные мясо-куриные	90		10,01	12,7	10,98	198
	сред.		17,91	17,293	4,58	246
<b>САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Плов с говядиной	40/160		15,44	19,29	51,2	430
ТТК 2018 Блины со сгущенным молоком, 4 шт	180/20		11,34	8,396	66,9	390
	сред.		13,39	13,843	59,05	418
<b>ГАРНИРЫ</b>						
302/2015 Каша гречневая рассыпчатая	180		7,946	6,479	50,249	291
ТТК 2016 Спагетти отварные	180		6,722	6,079	35,083	195
129/2015 Капуста брокколи отварная	100		3,111	3,441	4,444	31
	сред.		5,926	5,333	32,592	192
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34
ТТК 2021 Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
	сред.		0,063	0,043	10,037	42
<b>ХЛЕБ</b>						
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	20		1	0,2	9	44
	сред.		1,26	0,18	9,42	46
<b>ИТОГО:</b>		79,00				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»