

Меню

15 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
с6,2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	100		0,7	0,1	1,9	11
ТТК 2016 Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80		2,2	9,6	4,5	115
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
	сред.		1,15	3,85	7,27	70
1-ые БЛЮДА						
			1,76			
88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,56	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2021 Рыба (филе) запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
ТТК 2021 Люля кебаб с соусом томатным	80/20		14,5	14,2	6,91	211
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК 2020 Голень куриная в томатном соусе	100		24,5	25,4	2,22	337
	сред.		17,38	16,20	3,74	230
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,96	496
	сред.		19,25	24,22	37,98	448
ГАРНИРЫ						
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
202/2015 Макароны изделия отварные	180		6,77	5,4	43,13	248
216/2004 Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	сред.		4,96	7,89	32,98	223
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,53	0,04	19,35	81
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102

Итого с
самост.блюд 73,00
дом-
Итого- 73,00

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-3888

poelidovolen.ru



Меню

15 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЧЕТВЕРГ

КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ 140г	140	3,356	4,306	18,129	125
САХАР С САХАРОМ 200/8 г	200/8	0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 10 г	10	0,500	0,100	4,500	22
Итого:	8,30	3,877	4,411	30,618	179

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

