

Меню

16 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	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 (помидоры)	100		1,1	0,2	3,8	24
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
тТК 2015 Яйцо под соусом "Переменка"	48/10		6,4	11,3	0,8	130
тТК 2015 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,12	5,43	8,27	92
1-ые БЛЮДА						
96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
тТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
тТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/10		13,9	17,9	1,40	221
тТК 2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
тТК 2020 Говядина со стручковой фасолью	40/50		15,6	21,6	4	274
	сред.		11,76	12,75	3,20	174
тТК 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/30		29,5	9,4	39,2	364
тТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/30		21,4	25,3	38,5	468
	сред.		25,46	17,35	38,85	416
ГАРНИРЫ						
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		3,98	7,85	34,10	224
НАПИТКИ						
тТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
тТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-83-88

🌐 poelidovolen.ru



