

# Меню

17 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячее бесплатное питание младшие

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 60 г (с луком)	60	0,668	3,710	2,773	48
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ 70/40 г	70/40	10,243	10,839	8,469	173
РИС ОТВАРНОЙ 150 г	150	3,834	5,434	40,014	224
ЧАЙ С САХАРОМ 200/8 г	200/8	0,021	0,005	7,989	32
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛАДНОЕ 15 г КП	15	1,207	3,620	10,255	79
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 30г	30	1,500	0,300	13,500	66
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>17,473</b>	<b>23,908</b>	<b>83</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

# Меню

17 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
	<b>сред.</b>		<b>2,23</b>	<b>5,88</b>	<b>9,69</b>	<b>102</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	<b>сред.</b>		<b>19,06</b>	<b>20,45</b>	<b>3,17</b>	<b>272</b>
Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/30		12,8	10,1	78	455
	<b>сред.</b>		<b>17,36</b>	<b>23,17</b>	<b>44,50</b>	<b>463</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	<b>сред.</b>		<b>4,94</b>	<b>5,09</b>	<b>26,10</b>	<b>169</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,60</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с  
самост.бл 73,00  
юдом-  
Итого- 73,00

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-98

@depta.kzn

# Меню

17 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Макаронны отварные (с мас.растит.)	140	5,23	4,76	33,51	198
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10	0,5	0,1	4,5	22
<b>Итого:</b>		<b>8,30</b>	<b>5,75</b>	<b>48,00</b>	<b>252</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)238-0308

🌐 poelidovolen.ru

