

Меню

19 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ПОНЕДЕЛЬНИК

Горячее бесплатное питание младшие

Сыр порциями	10	2,63	2,66		35
Салат из свежих помидоров (с луком)	60	0,67	3,71	2,77	48
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	9,24	7,83	8,46	142
Рис отварной	150	3,83	5,43	40,01	224
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,08	11,94	49
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	59
Итого:	575	62,10	19,35	20,11	84,48


 Директор
 Калькулятор
 Зав. производством
 8(800)234-33-88
 poelidovolen.ru



Меню

19 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ттк 2019 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
ттк 2015 Яйцо под соусом "Переменка"	48/10		6,4	11,3	0,8	130
71/2015 Овощи натуральные свежие (помидоры)	100		1,1	0,2	3,8	24
45/2015 Салат из белокочанной капусты (халуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
ттк 2016 Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	100		7,36	15,0	11,14	210
	сред.		3,22	7,29	8,74	115
1-ЫЕ БЛЮДА						
сб.1983 Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ттк 2020 Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
ттк 2019 Рыба (филе) по-Московски	75/20		19,1	14,1	1,94	212
ттк 2022 Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
ттк 2020 Голень куриная в томатном соусе	100		24,5	25,4	2,22	337
	сред.		19,80	18,62	3,26	261
ттк 2016 Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
ттк 2016 Буррито с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
ттк 2018 Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/40		12,8	10,1	78	455
	сред.		16,96	22,51	43,95	454
ГАРНИРЫ						
309/2015 Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
303/2015 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
139/2015 Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		5,04	6,37	29,17	195
НАПИТКИ						
ттк 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
348/2015 Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,50	0,04	19,28	80
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		1,89	0,3	14,13	75
	Итого с	73,00				
	самост.бл					
	юдом-					
	Итого-	73,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)231-83-88

poelidovolen.ru



Меню

19 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ПОНЕДЕЛЬНИК

СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ 150 г	150	5,601	5,068	35,899	212	
ЧАЙ 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	6,122	5,173	48,388	266



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

