

# Меню

19 НОЯБРЯ 2022 ГОДА

## СУББОТА

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5		4,55	7	12,90	134
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
	<b>сред.</b>		<b>2,21</b>	<b>4,19</b>	<b>10,97</b>	<b>93</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Рассольник "Домашний" со сметаной	250/10		2,38	6,1	15,11	142
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		21,4	22,5	38,3	442
Соус мясной "Смак"	120		10,1	10,1	5,9	156
Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
	<b>сред.</b>		<b>19,40</b>	<b>19,03</b>	<b>15,07</b>	<b>310</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	3,9	43,2	235
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	<b>сред.</b>		<b>5,70</b>	<b>5,19</b>	<b>45,60</b>	<b>252</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5		13,3	56
Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,08	30,56	128
	<b>сред.</b>		<b>0,75</b>	<b>0,04</b>	<b>21,93</b>	<b>92</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого с</b>						
<b>самост.бл</b>		<b>73,00</b>	<b>26,88</b>	<b>27,09</b>	<b>90,04</b>	<b>718</b>
<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>	<b>30,58</b>	<b>28,81</b>	<b>112,40</b>	<b>838</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn