

Меню

20 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЧЕТВЕРГ

Горячее бесплатное питание младшие

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) 120 г	120	0,480	0,480	11,760	56	
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 60 г (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/р)	60	0,790	3,101	6,713	59	
ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ 50/150 г	50/150	16,424	20,006	40,011	413	
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ ВИШНИ 200 г	200	0,120	0,030	11,570	48	
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ АМЕРИКАНЕР С КУНЖУТОМ 15 г	15	1,367	4,162	9,163	80	
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 25 г	25	1,250	0,250	11,250	55	
Итого:		62,10	20,431	28,029	90,467	711

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Меню

20 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Овощи натуральные свежие (огурцы)	75		0,53	0,1	1,43	8
Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	100		6,5	12	1,80	142
Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80		2,2	9,6	4,5	115
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
	сред.		2,09	6,22	6,02	89,67
1-ые БЛЮДА						
Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,43	6,5	7,42	103
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
	сред.		18,72	16,51	3,84	238
Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		19,85	25,20	38,80	463
ГАРНИРЫ						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		4,91	7,02	37,11	232
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из замороженной клюквы	200		0,12	0,03	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41
✦ Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

Меню

20 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЧЕТВЕРГ

Пюре из бобовых (горох) с маслом	100/2	11,7	2,3	24,5	166
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,30	12,47	2,46	39,24



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

