

# Меню

22 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

## ЧЕТВЕРГ

### Горячее бесплатное питание младшие

Сыр порциями	10	2,63	2,66		35
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из моркови	60	0,63	6,04	9,34	95
Плов из птицы	50/150	13,42	11,01	26,01	257
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>62,10</b>	<b>19,43</b>	<b>20,53</b>	<b>568</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)251-633-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

22 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

## ЧЕТВЕРГ

Наименование блюд	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
с6.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
71/2015 Овощи натуральные свежие (огурцы)	100		0,7	0,1	1,9	11
ТТК 2016 Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80		2,2	9,6	4,5	115
45/2015 Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
	<b>сред.</b>		<b>1,23</b>	<b>3,82</b>	<b>6,89</b>	<b>68</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,43	6,5	7,42	103
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2021 Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
ТТК 2019 Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	1,94	204
ТТК 2019 Цыплята запеченные	100		26,7	24,5	1	332
ТТК 2022 Чахохбили из куриных грудок	70/50		14,5	19,1	6,9	258
	<b>сред.</b>		<b>18,72</b>	<b>16,51</b>	<b>3,82</b>	<b>238</b>
ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	200		24	39,2	32,9	584
	<b>сред.</b>		<b>21,05</b>	<b>27,15</b>	<b>40,45</b>	<b>492</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
309/2015 Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
541/2004 Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	<b>сред.</b>		<b>4,91</b>	<b>7,02</b>	<b>37,11</b>	<b>232</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		1,3	34
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,12	0,03	1,6	48
	<b>сред.</b>		<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20			0,4	18,84	91
		<b>Итого с</b>				
		<b>самост. бл</b>	<b>73,00</b>			
		<b>юдом-</b>				
		<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>			



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-13-88

poelidovolen.ru



# Меню

22 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

## ЧЕТВЕРГ

КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ 140 г	140	3,356	4,306	18,129	125	
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	3,877	4,411	30,618	179

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

