

# Меню

26 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

## СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) 60 г	60	0,420	0,060	1,140	7
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ 45/45 г	45/45	9,035	11,313	1,893	146
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150 г	150	6,622	5,399	41,875	242
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 г	200	0,100	0,100	26,402	108
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 20г	20	1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 г	15	1,140	0,120	7,380	35
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>18,317</b>	<b>17,192</b>	<b>582</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-43-88



@depta.kzn



# Меню

26 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

## СРЕДА

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
Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5		0,9	5,15	2,85	62
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки куриные, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	100		6,5	12	1,80	142
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,91	7,99	7,13	109
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Рыба запеченная (филе)	80		18,5	10,6	3,5	182
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		16,42	15,41	4,71	222
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,7	331
Вареники с творогом, со сгущенным молоком	200/30		27,3	9,6	57,7	430
	сред.		20,85	13,95	42,70	380,50
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,00	18,30	85,2	551,00
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого с  
самост.блю  
дом

Итого- 73,00

Итого- 73,00

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

# Меню

26 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

## СРЕДА

Каша гречневая вязкая	100		2,3	3,1	14,7	96
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>2,82</b>	<b>3,21</b>	<b>27,19</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

