

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Популярность, %
<b>1 НЕДЕЛЯ с 4 ноября 2024 г. по 9 ноября 2024 г.; с 18 ноября 2024 г. по 23 ноября 2024 г.</b>								
<b>1 ДЕНЬ</b>								
<b>Завтрак</b>								
<b>1-Салаты</b>								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	10
реп. № 3/2004г, № 3/2015г, Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131	20
ТТК	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	1,086	7,266	20	35
№47/2015г, Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100		1,638	5,086	7,720	86	25
	<b>СРЕД:</b>			<b>2,371</b>	<b>3,878</b>	<b>11,525</b>	<b>92</b>	
<b>1-Первые блюда</b>								
№97/2015г, Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250		2,550	2,750	15,450	114	10
	<b>СРЕД:</b>			<b>2,520</b>	<b>2,978</b>	<b>19,848</b>	<b>117</b>	
<b>2-Вторые блюда</b>								
ТТК Август 2024 г	РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ (М)	100		18,005	7,039	3,530	150	10
ТТК	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ (цыплята)	100		26,697	24,450	0,970	332	40
ТТК от 19.07.2023 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		12,790	13,930	11,730	223	15
	<b>СРЕД:</b>			<b>18,210</b>	<b>14,566</b>	<b>3,886</b>	<b>220</b>	
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>								
№243/2015г, Дели	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		11,400	15,710	8,800	219	10
ТТК №2737 от 07.12.2023	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	40/160		15,440	19,290	51,200	430	25
	<b>СРЕД:</b>			<b>13,500</b>	<b>19,735</b>	<b>23,418</b>	<b>327</b>	
<b>3-Гарниры</b>								
№304/2015г, Дели	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269	20
ТТК 2015г	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254	50
ТТК от 8.12.2020 г	ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80	5
	<b>СРЕД:</b>			<b>4,959</b>	<b>5,309</b>	<b>33,328</b>	<b>201</b>	
<b>4-Напитки</b>								
ТТК	ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,984	32	30
ТТК № 2694 от 14.09.2023 г	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48	70
	<b>СРЕД:</b>			<b>0,060</b>	<b>0,015</b>	<b>9,777</b>	<b>40</b>	
<b>5-Хлеб</b>								
	ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44	100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47	100
	<b>СРЕД:</b>			<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>	
			<b>79,00</b>					
<b>1 НЕДЕЛЯ</b>								
<b>2 ДЕНЬ</b>								
<b>1-Салаты</b>								
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56	20
ТТК	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131	10
№10 СБ. Пермь 2001г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100		0,990	10,140	8,786	132	25
№45/2015г, Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91	35
	<b>СРЕД:</b>			<b>2,304</b>	<b>5,141</b>	<b>11,344</b>	<b>103</b>	
<b>1-Первые блюда</b>								
№88/2015г, Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		5,600	4,100	27,240	152	10
ТТК	СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16	10
	<b>СРЕД:</b>			<b>1,039</b>	<b>3,348</b>	<b>4,650</b>	<b>54</b>	
<b>2-Вторые блюда</b>								
ТТК Август 2024 г	РЫБА (филе) ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА (М)	80/5/5		15,735	6,594	3,025	135	15
ТТК 2022 г Март	ЧАХОХБИЛИ ИЗ ФИЛЕ КУРИНЫХ ГРУДОК	50/50		14,654	17,518	6,938	245	35
№280/2015г, Дели	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,194	17,678	2,845	231	10
	<b>СРЕД:</b>			<b>15,194</b>	<b>13,930</b>	<b>4,269</b>	<b>204</b>	

Директор

Зав. прораб

