

Меню

4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
37/2015 Салат картофельный с солёными огурцами	100		1,46	5,3	9,83	93
ТТК2022 Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
ТТК 2021 Салат с фасолью (фасоль консер., морковь отв., огурцы солён., м/раст.)	100		3,1	8,4	8,6	123
№1/2015 Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		1,79	6,89	10,94	114

1-ые БЛЮДА

88/2015 Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
---	-----------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
ТТК 2021 Люля кебаб	80		14,3	13,1	5,5	195
ТТК 2021 Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
ТТК2020 Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.		16,86	17,82	3,29	240

ТТК 2021 Гречка с фаршем и овощами	230		20,8	17,4	55,2	460
ТТК 2016 Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		21,20	26,35	42,40	493

ГАРНИРЫ

ТТК2016 Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
ТТК2014 Макароны изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
ТТК2018 Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	сред.		4,96	7,89	32,98	223

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
ТТК 2021 Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Хлебцы в ассортименте (ржанные, гречневые, 5 злаков)	7					

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

Дополнительный приём:

389/2015 Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке

Сборщик: Директор: *А.И. Иванов* *С.В. Петров*

Калькулятор

Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



1/200
5шт/75
Итого- 37,72



5 день

Меню

Наименование блюдо

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
338/2015 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
53/2013 Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
67/2015 Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
49/2004 Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,03	6,16	12,17	113

1-ые БЛЮДА

96/2015 Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
--	-------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2021 Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
ТТК 2021 Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324,4
ТТК 2022 Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
260/2015 Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		17,19	17,51	3,41	239
ТТК 2017 Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366

сред. 26,30 28,90 44,10 366

ГАРНИРЫ

ТТК 2016 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
ТТК 2020 Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
	сред.		3,94	5,58	35,02	208

НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
ТТК 2021 Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
Хлебцы в ассортименте (ржанные, гречневые, 5 злаков)	7					

Итого с
самост.бл 73,00

Итого- 73,00

Дополнительный прием:

ТТК 2017 Йогурт питьевой обогащенный (в упаковке) 2,8 % (ДМК) 0,125

ТТК 2016 Ватрушка Французская 100

Итого- 37,72

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Понедельник

Меню

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
СБ.2013 Фрукты свежие (яблоки)	150		0,6	0,6	14,7	71
№1/2015 Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/5		6,24	8,5	15,50	164
47/2015 Салат из квашеной капусты с луком, маслом растит.	120		1,6	5,1	8,24	88
	сред.		2,81	4,73	12,81	108
1-ЫЕ БЛЮДА						
101/2015 Суп картофельный с рисом, мясными фрикадельками	250/11		3,4	4,4	17,7	126
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
243/2015 Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
ТТК2021 Биточки рыбные из фарша минтая, з/горошек (доп. гарнир)	80/20		15	5,6	5,5	126
ТТК 2019 Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
	сред.		12,29	11,87	5,30	175
ГАРНИРЫ						
ТТК2014 Спагетти отварные (м/слив.)	180		6,7	5,4	43,1	248
ТТК Каша гречневая рассыпчатая	180		8	6,5	50,25	291
	сред.		7,35	5,9	46,68	270
НАПИТКИ						
ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
348/2015 Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,08	30,56	128
	сред.		0,53	0,04	19,35	81
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30		3,78	0,5	28,26	137
Хлебцы в ассортименте (ржаные, гречневые, 5 злаков)	7					
	Итого-	73,00				

Дополнительный приём:

389/2015 Сок в ассортименте в индивидуальной упаковке

1/200

Сбор. кон Печенье весовое

5шт/75

Итого- 37,72

Начальник отдела по организации питания

Зав. производством

Директор

Калькулятор

Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

