

# Меню

№Сб. ра 3-ий день

## Наименование блюда

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

### ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,8	56
ТТК 2023	<b>Салат-бар</b>	100	1,9	6,2	7	93
	помидоры свежие	40				
	капуста свежая	40				
	горошек зелёный консервированный	10				
	сухарики из пшеничного хлеба	5				
	масло растительное	5				
	<b>сред.</b>		<b>1,19</b>	<b>3,34</b>	<b>9,40</b>	<b>75</b>

### 1-ые БЛЮДА

ТТК 2023	Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1	5,8	5,6	6,86	102
103/2015	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023	Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	13,8	14,7	8	216
ТТК 2021	Гуляш из филе куриных грудок	60/40	17,3	17,3	2,60	236
ТТК 2021	Рыба запеченная (филе)	75	17,4	5,0	3,32/14	128

**сред. 16,15 12,35 4,64 193**

ТТК 2021	Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5	13	20,0	24,9	331
ТТК 2019	Рыбный киш	180	25,9	32,06	36,563	540
	<b>сред.</b>		<b>19,44</b>	<b>26,03</b>	<b>30,73</b>	<b>436</b>

### ГАРНИРЫ

303/2015	Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
ТТК 2016	Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
304/2015	Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
ТТК 2020	Овощная смесь (Европейская) отварная	120	4,68	4,32	10,56	96
	<b>сред.</b>		<b>4,97</b>	<b>6,30</b>	<b>28,54</b>	<b>189,8</b>

### НАПИТКИ

ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,05		8,13	34
348/2015	Компот из плодов сушеных (урюк)	200	1	0,1	30,56	128
	<b>сред.</b>		<b>0,53</b>	<b>0,04</b>	<b>19,35</b>	<b>81</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с 25/25 3,15 0,5 23,55 114

Итого с  
самост.бл 79,00  
юдом-  
Итого- 79,00

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-35-88

@depta.kzn