

# Меню

№Сб. ред 4 день

## Наименование блюд

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

	выход	стоимость белки	жиры	углев.	ККАЛ
532/2013 Десерт фруктовый (яблоки)	90	0,4	0,4	8,8	42
ТТК 2022 Горячий бутерброд с сыром (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	15,4	131
ТТК 2023 Салат-бар	60	1,34	5,1	3,8	67
помидоры свежие	40				
фасоль консервиров.	15				
масло растительное	5				
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>2,65</b>	<b>3,47</b>	<b>9,33</b>	<b>80</b>

### 1-ые БЛЮДА

103/2015 Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10	7	6,3	26,4	191
---	--------	---	-----	------	-----

### ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2023 Котлеты мясо-картофельные	90	12,3	11,1	8,3	179
ТТК 2020 Рыба запеченая	60	13,90	4,00	2,6	102
ТТК 2021 Гуляш из птицы (грудки)	45/45	13,2	13,8	3,00	189
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>13,13</b>	<b>9,63</b>	<b>4,63</b>	<b>157</b>
ТТК 2021 Плов с говядиной	40/160	12,2	15,8	46	373
ТТК 2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	200/5	22,7	17,8	49,1	448
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>17,45</b>	<b>16,70</b>	<b>47,55</b>	<b>411</b>

### ГАРНИРЫ

304/2015 Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
309/2015 Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,8	5,4	43,1	248
216/2004 Картофель тушёный	180	3,9	12,7	29,4	249
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>5,10</b>	<b>8,20</b>	<b>40,17</b>	<b>255</b>

### НАПИТКИ

ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
ТТК 2023 Напиток из урюка	200	0,8	0,1	18,5	79
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>0,40</b>	<b>0,03</b>	<b>13,25</b>	<b>56</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,25	14,13	68
---	-------	------	------	-------	----

Итого с самост.блюд ом-	79,00	22,39	20,45	84,26	614
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,17</b>	<b>21,58</b>	<b>81,51</b>	<b>616</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn