

Меню

№Сб. рел 5 день

Наименование блюдо

| | выход | стоимост | белки | жиры | углев. | ККАЛ |
|--|--------------|----------|-------------|-------------|--------------|------------|
| ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1- ое БЛЮДО (на выбор) | | | | | | |
| 338/2015 Фрукты свежие | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,8 | 56 |
| ТТК 2023 Салат-бар | 100 | | 2,21 | 6,1 | 9,6 | 103 |
| капуста свежая | 40 | | | | | |
| морковь свежая | 40 | | | | | |
| горошек зелёный консервированный | 10 | | | | | |
| сухарики из пшеничного хлеба | 5 | | | | | |
| масло растительное | 5 | | | | | |
| ТТК 2019 Бутерброд с сыром, маслом (батон) | 30/15/10 | | 6,3 | 12,1 | 15,50 | 197 |
| | сред. | | 3,00 | 6,23 | 12,30 | 119 |

1- ые БЛЮДА

| | | | | | | |
|---|-------------|--|------|-----|-------|-----|
| ТТК2023 Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.) | 200/25/10/1 | | 5,8 | 5,6 | 6,86 | 102 |
| 82/2015 Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной | 250/10 | | 2,04 | 6,7 | 12,66 | 119 |

ВТОРЫЕ БЛЮДА

| | | | | | | |
|--|-------|--|------|------|------|-----|
| ТТК 2021 Рыба (филе) по-Итальянски с сыром | 90/10 | | 17,6 | 10,9 | 3,6 | 183 |
| ТТК 2022 Котлеты Столичные | 90 | | 12,4 | 13,5 | 7,8 | 199 |
| ТТК 2019 Птица запеченная (цыплята) | 100 | | 26,7 | 24,5 | 1 | 332 |
| ТТК 2020 Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | | 9,57 | 10,4 | 9,23 | 169 |

сред. 16,57 14,83 5,41 221

| | | | | | | |
|--|--------|--|------|------|------|-----|
| ТТК2023 Жаркое по- домашнему (с говядиной) | 40/120 | | 10,3 | 10,9 | 21,6 | 226 |
|--|--------|--|------|------|------|-----|

| | | | | | | |
|---|------------|--|----|-----|------|-----|
| ТТК2017 Сырники "Классические" со сгущённым молоком | 3шт/105/30 | | 28 | 9,4 | 42,5 | 371 |
|---|------------|--|----|-----|------|-----|

сред. 19,15 10,15 32,05 299

ГАРНИРЫ

| | | | | | | |
|--|--------------|--|-------------|-------------|--------------|------------|
| 302/2015 Каша гречневая рассыпчатая | 180 | | 7,95 | 6,5 | 50,25 | 291 |
| 304/2015 Макароны изделия отварные (м/сл.) | 180 | | 6,8 | 5,4 | 43,1 | 248 |
| 312/2015 Пюре картофельное | 180 | | 3,94 | 5,6 | 26,44 | 175 |
| | сред. | | 6,23 | 5,82 | 39,93 | 238 |

НАПИТКИ

| | | | | | | |
|---|------------|--|------|-----|------|----|
| ТТК 2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком | 200/8/5/10 | | 0,55 | 0,1 | 13,4 | 58 |
|---|------------|--|------|-----|------|----|

| | | | | | | |
|-------------------------------|-----|--|------|--|------|----|
| ТТК 2021 Напиток из шиповника | 200 | | 0,01 | | 10,2 | 41 |
|-------------------------------|-----|--|------|--|------|----|

сред. 0,28 0,03 11,80 50

| | | | | | | |
|---|-------|--|------|-----|-------|----|
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,4 | 18,84 | 91 |
|---|-------|--|------|-----|-------|----|

**Итого с
самост.бл 79,00 24,95 16,76 74,99 558**

Итого- 79,00 28,59 27,27 88,28 718

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn