

Меню

5 - ый день

№Сб.пр	Наименование блюд	Выход	стоимост	белки	жиры	ККАЛ	Ккал
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1 - ое БЛЮДО (на выбор)							
№ 338/201:	Флоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	42	56
№3/2015	Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,19	4,86	131	131
ТТК 2023	Салат - бар	100		1,47	5,1	8,50	87
	капуста свежая						
	морковь свежая						
	масло растительное						
		сред.		2,71	3,48	60,50	91.
1 - ые БЛЮДА							
103/2015	Суп картофельный с горохом	250		8,36	8,28	39,3	265
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
260/2015	Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,56	208
ГТК 2021	Птица в томатном соусе	50/50		9,91	10,58	4	150
ТТК 2020	Ёжики рыбные с рисом в томатном соусе	60/30		10,3	8,16	25,36	230
		сред.		11,29	11,55	10,52	196
ТТК2018	Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20		11,34	8,39	66,90	390
ТТК2023	Жаркое из птицы	40/160		11,4	11,25	29,1	263
		сред.		11,37	9,82	48,00	327
ГАРНИРЫ							
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	180		7,94	6,5	50,24	291
309/2015	Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,08	254
129/2015	Капуста цветная отварная	100		3,01	3,4	5,06	63
312/2015	Пюре картофельное	180		3,94	5,58	26,43	175
		сред.		5,40	5,38	31,20	196
НАПИТКИ							
ТТК 2021	Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				32	32
ТТК 2021	Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02		46
		сред.		0,07	0,01	16,00	39
	Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	68	91

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого с
сам.блюд
Итого:

79,00 0,00 0,00 0,00 0
79,00 21,99 20,77 186 513

