

Меню

Меню на четверг 12,26 декабря 2024 года

Наименование блюд	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
САЛАТЫ						
338 Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ТТК Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с)	30/15		6,195	4,86	15,42	131
ТТК Салат из моркови	100		3,43	0,2	3,8	23
2013 Салат витаминный	100		1,317	5,168	11,189	98
	сред		2,856	2,677	10,542	77
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
82/2015 Борщ с капустой и картофелем	250		4,45	3,912	37,8	204
ТТК Сметана	10		0,26	1,5	0,36	16
	сред		4,71	5,412	38,16	220
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК 2024 Рыба (филе) по-Московски	70/20		17,024	14,728	1,79	209
ТТК 2023 Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,79	13,93	11,73	223
	сред		14,907	14,329	6,76	216
САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ТТК2023 Плов с куриными грудками	40/160		15,448	19,298	53,883	419
ТТК 2015 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		20,449	16,359	44,197	406
	сред		17,949	17,829	45,04	413
ГАРНИРЫ						
309/2015 Макароны изделия отварные	180		6,053	4,882	43,087	240
ТТК Картофель запеченный (из сырого)	150		3,507	8,224	28,402	202
129/2015 Капуста брокколи отварная	100		3,111	3,441	4,444	31
302/2015 Кваш гречневая рассыпчатая	180		7,946	6,479	50,249	291
	сред		5,154	5,757	34,546	191
НАПИТКИ						
ТТК2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34
ТТК2023 Напиток из вишни	200		0,012	0,03	11,57	48
	сред		0,083	0,018	9,852	41
ХЛЕБ						
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Хлеб пшеничный	20		1	0,2	9	44
	сред		1,26	0,18	9,42	46
ИТОГО:		79,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

