

# Меню

Меню на понедельник 2, 16 декабря 2024 года

Наименование блюд	выход	стоим	белки	жиры	углев	ккал
<b>САЛАТЫ</b>						
338 Плоды ягоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
№3/2015 Бутерброд с сыром	30/15		6,195	4,86	15,42	131
ТТК Салат из моркови	100		3,43	0,2	3,8	23
47/2015 Салат из квашенной капусты	100		1,638	5,086	7,72	86
	сред.		2,936	2,657	9,675	74
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>						
97/2015 Суп картофельный	250		6,937	5,937	44,312	258
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК2024 Рыба (филе) по-Московски	70/20		17,024	14,728	1,79	209
ТТК Птица запеченная (цыплята)	100		26,697	24,45	0,97	332
ТТК 2023 Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		12,79	13,93	11,73	223
№243 Сосиски отварные	100		11,4	15,71	8,8	222
	сред.		16,978	17,205	4,83	247
<b>САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
ТТК 2023 Плов с говядиной	40/160		15,44	19,29	51,2	430
	сред.		15,44	19,29	51,2	430
<b>ГАРНИРЫ</b>						
304/2015 Рис отварной	180		4,601	6,521	48,017	269
ТТК2015 Макароны изделия отварные	180		6,053	4,882	43,087	240
ТТК2020 Овощная смесь отварная	100		3,554	3,327	8,885	80
	сред.		4,736	4,91	33,33	196
<b>НАПИТКИ</b>						
ТТК Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				7,984	32
ТТК 2693/2023 Напиток из урюка	200		0,02	0	7,99	32
	сред.		0,02	0	7,987	32
<b>ХЛЕБ</b>						
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
	сред.		1,26	0,18	9,42	46
<b>ИТОГО:</b>		<b>79,00</b>				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

