

Меню

МНСБ, р/сч. 4 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углеводов ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

336/2015	Плоды свежие (яблоки, бананы)	110	0,44	0,44	10,78	52
ТТК 2017	Салат "Прага" (грудки куриные, морковь, огурцы соленые, яйцо, соус Переменка)	60	3,90	5,36	1,25	70
33/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/10	5,02	10,81	15,1	179
		сред.	3,12	5,54	9,05	100
33/2015	Щи из свеж. капусты с картофелем, с мясными фрикадельками п/ф, со сметаной	250/11/10	3,80	8,18	9,54	129

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2020	Люля кебаб из говядины (п/ф), огурец соленый (доп. гарнир)	80/50	14,80	14,33	6,6	214
ТТК	Медальоны из куриных грудок запеченные с сыром, томатом	80/5	22,70	24,90	0,37	318
		сред.	18,75	19,62	3,49	266
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	210	25,18	41,00	34,50	613
336/2004	Азу из говядины	50/150	17,40	21,08	18,78	334
ТТК 2019	Горбуша с рисом и зеленым горошком	50/180	15,18	11,88	46,23	354
ТТК 2019	Блинчики (п/ф) с абрикосовой начинкой со сгущенкой	3шт/180/15	10,98	3,98	64,13	337
		сред.	17,19	19,49	40,91	410

ГАРНИРЫ

ТТК	Картофель запеченный	100	2,89	10,57	23,70	200
302/4/2015	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	7,99	10,10	50,29	324
ТТК 2021	Овощная смесь отварная (доп. гарнир)	50	3,09	1,88	8,80	63
		сред.	4,66	7,52	27,60	196

НАПИТКИ

345/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15			15	60
343/2015	Компот из плодов сушеных (урюка)	200	1	0,08	30,6	128
699/2004	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	25,7	105
		сред.	0,40	0,04	23,76	91

Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с

20/20 2,52 0,36 18,8 91

Итого- 69,00 27,9 32,9 120,2 894

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

