

№СБ. рец. 5 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углеводов ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

338/2015	Плоды свежие (яблоки, бананы)	100	0,95	0,45	15,4	72
ТТК 2016	Салат "Мечта" (свежая капуста, кукуруза к/с, зел. горошек к/с, масло растительное)	100	1,52	15,08	3,65	157
71/2015	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,70	0,10	1,90	11
ТТК 2015	Салат из свеклы с яблоками и кукурузой (свекла, яблоки, кукуруза к/с, сахар, масло растительное)	120	1,11	6,18	12,34	110
	сред.		1,07	5,45	8,32	88

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019	Котлеты Школьные п/ф, огурец соленый (доп. гарнир)	80/70	12,75	12,22	8,93	195
ТТК 2019	Горбуша (филе) запеченная в соусе "Нежный"	70/30	19,56	9,58	1,03	169
ТТК	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	95	18,12	17,72	1,84	241
	сред.		16,81	13,17	3,93	202

ТТК 2019	Блинчики (п/ф) с абрикосовой начинкой со сгущенкой	3шт/180/15	10,98	3,98	64,13	337
205/2015	Плов из говядины, помидор свежий (доп. гарнир)	50/200/25	20,44	23,40	54,60	512
	сред.		15,71	13,69	59,37	425

ГАРНИРЫ

ТТК 2014	Каша полбяная рассыпчатая	200	7,18	8,14	38,83	257
ТТК	Гарнир "Овощной микс"	150	2,85	7,65	16,90	149
	сред.		5,02	7,90	27,87	203

НАПИТКИ

ТТК	Чай пакетированный "Гринфилд" с сахаром, лимоном, урюком	200/15/10/20	1,09	0,09	25,87	112
ТТК 2015	Напиток из замороженной клюквы	200	0,25	0,1	25,8	107
382/2015	Какао с молоком	200	3,97	2,1	25,2	145
	сред.		1,77	0,76	25,61	121

Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с

Итого- 69,00 25,48 22,10 71,53 594

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn