

№Об. рец. 3-ий день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

336/2015	Плоды свежие (яблоки, бананы)	110	1,25	0,59	20,35	95
ТТК 2017	Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, соус Переменка)	80	3,60	6,03	1,43	75
20/2015	Салат из свежих огурцов	110	0,73	6,70	1,99	71
ТТК 2016	Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза к/с, сыр, сухарики, масло растительное)	60	1,35	7,15	2,27	80
	сред.		1,73	5,12	6,51	80

ВТОРЫЕ БЛЮДА

260/2015	Гуляш из говядины, огурец свежий (доп. гарнир)	50/50/30	15,40	17,70	3,4	234
ТТК 2019	Котлеты "Аппетитные" мясо куриные (п/ф), огурец соленый (доп. гарнир)	80/70	12,16	13,24	7,85	198
ТТК	Горбуша (филе) запеченная с сыром	65/5	17,57	10,30	2,75	174
ТТК	Шашлычок из куриной грудки на шампуре	90	17,16	16,78	1,74	229
	сред.		15,57	14,51	3,94	209
ТТК 2018	Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	5 шт/225/30	14,54	10,90	86,40	503
ТТК 2019	Голень куриная с рисом и овощами, помидор свежий (доп. гарнир)	250/25	30,90	38,68	48,70	669
	сред.		22,72	24,79	67,55	586

ГАРНИРЫ

202/2015	Макаронные изделия (гр. А) отварные	200	7,53	5,95	47,93	276
541/2004	Рагу овощное	150	2,80	7,65	16,80	149
	сред.		5,17	6,80	32,37	213

НАПИТКИ

ТТК 2015	Компот из замороженной черной смородины	200	0,25	0,1	25,8	107
ТТК	Чай пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/15/10/20	1,09	0,09	25,87	112
700/2004	Напиток из замороженной клюквы	200	0,13	0,05	24,88	103
	сред.		0,49	0,08	25,51	107

Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с

Итого- 69,00 24,85 26,77 82,45 677

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)254-33-88

@depta.kzn