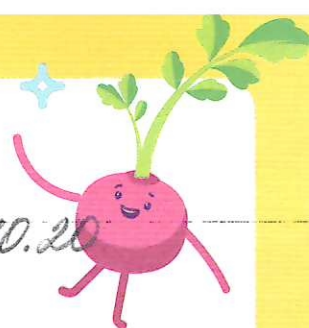


Многопрофильный
лицей №185

Меню

Дата:

29.10.20



№Сб. рец. 4 день

Наименование блюд

выход стоимо белки жиры углев ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

338/2015	Фрукты свежие (яблоки, бананы)	120	1,14	0,54	18,5	86
ТТК 2014	Салат "Оранжевый" (капуста свежая, морковь, яблоки, апельсин, сахар, масло растительное)	110	1,18	7,57	11,6	122
№3/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/10/10	5,4	10,96	17,6	192
23/2015	Салат из свежих помидоров	65	0,67	4	2,34	50
	сред.		2,10	5,77	12,51	113

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ТТК 2019	Бифштекс рубленый по-домашнему (п/ф), огурец свежий (доп. гарнир)	80/75	13,27	12,78	9,65	204
ТТК	Медальоны из куриных грудок запеченные с сыром, томатом	80/10 сред.	24,00 18,64	26,23 19,51	0,37 5,01	335 270
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром	220	21,63	42,50	6,49	497
ТТК 2017	Сырники "Классические" (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/175/55	49,47	16,09	67,94	623
438/2004	Азу из говядины, зеленый горошек (доп. гарнир)	50/200/10	18,37	23,24	25,70	386
ТТК 2019	Горбуша с рисом и зеленым горошком	70/200 сред.	19,19 27,17	14,09 23,98	50,25 37,60	404 478

ГАРНИРЫ

ТТК	Картофель запеченный	150	4,35	15,85	35,29	302
Т4,508/200	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200/5 сред.	8,87 6,61	10,82 13,34	55,87 45,58	356 329

НАПИТКИ

685/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15			15	60
349/2015	Компот из плодов сушеных (урюка)	200	1	0,08	30,6	128
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,016	24,4	101
	сред.		0,38	0,03	23,32	96

Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с

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

Итого- 69,00 38,8 43,5 137,8 1106

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

