

Меню

19 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

СРЕДА

Горячее бесплатное питание младшие

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 60 г (морковь, сахар, м/растительное)	60	0,632	6,043	9,341	95
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/45/10 г	45/10	3,195	2,524	19,500	114
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ МЯСО- КУРИНЫЕ 80 г	80	11,591	12,572	6,487	183
СОУС ТОМАТНЫЙ 10 г	10	0,105	0,515	0,665	8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 г	150	5,602	5,068	35,906	212
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОГО КРЫЖОВНИКА 200 г	200	0,175	0,005	17,445	71
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 20 г	20	1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 г	15	1,140	0,120	7,380	35
Итого:		62,10	23,44	27,047	105,724

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

Меню

19 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

СРЕДА

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5		0,9	5,15	2,85	62
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		1,79	8,00	7,18	109
1-ые БЛЮДА						
Суп картофельный с вермишелью, с куриными грудками	250/10		4,61	4,5	21,1	144
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Рыба запеченная (филе)	80		18,5	10,6	3,5	182
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		15,38	15,05	4,74	214
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,13	22,61	38,85	434
ГАРНИРЫ						
Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		3,87	5,79	21,20	152
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	48
	сред.		0,04	0,04	9,95	41
● Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,1	14,13	68

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-98

@depta.kzn

Итого с
самостоят.
юдом - 73,00
Итого - 73,00

Меню

19 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

СРЕДА

Каша полбяная вязкая	140		3,4	4,3	18,1	125
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		0,5	0,1	4,5	22
Итого:		8,30	3,92	4,41	30,59	179



8(800)234-3388

poelidovolen.ru

