

Меню

Понедельник (08.11.2021)

Горячий завтрак

№ сб.реп	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углыды	Ккал	
№3/2015	Бутерброд с сыром (батон)	35/15		6,57	5,005	17,99	144	
№173/2015г	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201	
№382/2015г	Какао с молоком	200		3,97	2,1	25,168	145	
Итого:				30,00	15.14	12.19	75.71	490

№ сб.реп	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углыды	Ккал	
№338/2015г	Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56	
ТТК 2021г	Горошек зеленый отварной	25		1,45	1,57	2,53	28	
ТТК 2021г	Плов из птицы (грудки куриные)	40/120		14,30	16,22	29,63	324	
ТТК 2021г	Напиток из шиповника	200		0,012	0,001	10,18	41	
	Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55	
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71	
Итого:				53,41	19,77	18,76	80,11	575

№ сб.реп	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углыды	Ккал	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое блюдо								
47/2015	Салат из квашеной капусты (квашеная капуста, лук, сахар, масло растит.)	75		1,19	3,8	6,18	66	
ВТОРЫЕ БЛЮДА								
ТТК 2020	Голень куриная в сливочном маринаде, мексиканская смесь с красной фасолью отварная (доп. гарнир)	80/10/20		24,8	26,7	5,74	360	
ГАРНИРЫ								
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая	150		6,6	5,4	41,9	242	
НАПИТКИ								
ТТК 2021	Чай черный, зеленый, пакетированный с сахаром	200/8		0,14	0,0	24	101	
	Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,4	79	
Итого:				73,00	34,87	36,2	94,22	848

№ сб.реп	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углыды	Ккал	
ТТК от 2019	Печенье сдобное Мягкое	1шт/15		0,22	0,97	9,51	77	
ТТК от 2021	Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,1	0,0	8,15	34	
Итого:				8,00	0,28	0,98	17,66	111

№ сб.реп	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углыды	Ккал	
Ттк 2020	Котлеты «Аппетитные» мясо-куриные запеченные	90		16,46	16,04	6,57	234	
303/2015	Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,1	171	
685/2004	Чай с сахаром	200		0,02	0,001	7,9	32	
	Хлеб ржано-пшеничный	31		1,55	0,31	14,0	68	
Итого:				48,00	22,23	21,95	54,5	505

Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88