

"Разработано"



Иванов В
09.01.2025

"Согласовано"

Директор ООО "Маркет" В.И. Иванов
И.И. Иванов
09.01.2025



Ассортимент блюд свободного выбора
за наличный расчет
(готовая кулинарная и кондитерская продукция)

Ассортимент блюд свободного выбора за ланчный расчет (готовые кулинарные и кондитерские продукты)

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевая ценность			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептура
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ПЕРВЫЕ БЛЮДА							
1	Борщ картофельный на костном бульоне	250г	2,8	4,5	10,7	91	ТТК № 200
2	Борщ с капустой и картофелем	200г	1,7	3	10,7	75	ТТК № 28
3	Борщ с капустой и картофелем	250г	2,1	3,8	13,4	93,8	ТТК № 28
4	Рассольник Ленинградский	200г	2,35	1,8	12	68,7	ТТК № 204
5	Рассольник Ленинградский	250г	2,9	2,3	18	105,9	ТТК № 204
6	Суп гречневый с курочкой	250г	3,46	4,1	10,1	100	ТТК № 581
7	Суп Зюскинд	250г	7,51	10,4	12,3	119,28	ТТК № 583
8	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200г	6,08	4,56	19	146	ТТК № 43
9	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250г	7,3	5,7	20	163	ТТК № 43
10	Суп картофельный с бобовыми (горох) на костном бульоне	250/52г	9,87	6,16	17,28	168,27	ТТК № 402
11	Суп жареный с мясом и картофелем и варениками	250г	6,03	2,42	13,06	102,09	ТТК № 568
12	Суп овощной "Кремлевский" на курином бульоне	250г	6,37	1,8	20,79	125,42	ТТК № 567
13	Суп с "Морской гавианкой"	250г	6,37	1,8	20,79	125,42	ТТК № 567
14	Суп с "Морской гавианкой"	200г	2,03	5,75	13,5	104,3	ТТК № 44
15	Суп с крупой (гречка)	200г	2,03	5,75	13,5	104,3	ТТК № 44
16	Суп с макаронами из курицы	250г	2,9	7,2	12,56	116	ТТК № 46
17	Суп с макаронами из курицы	250г	3,1	8,2	15,7	121	ТТК № 46
18	Суп-лапша по-домашнему с курочкой	250г	3,07	6,3	21,47	125,08	ТТК № 404
19	Суп-жарко на костном бульоне	250г	3,14	2,83	18,93	115,75	ТТК № 374
20	Супшник	250г	3,08	9,3	12,4	101	ТТК № 582
21	Щи "Традиционные" на костном бульоне	250г	2,8	4,5	10	91	ТТК № 403
22	Щи из свежей капусты с картофелем	200г	2,3	3,5	9,5	101,5	ТТК № 47
23	Щи из свежей капусты с картофелем	250г	2,5	4,3	13,5	107	ТТК № 47
ГАРНИРЫ							
1	Булгур с овощами (гарнир)	180г	4,92	4,65	23,6	174	ТТК № 316
2	Гречка отварная с овощами (гарнир)	180г	3,79	12,1	26,1	221,1	ТТК № 609
3	Картофель по-домашнему с петрушкой (гарнир)	180г	5,22	5,72	17,93	146	ТТК № 311
4	Картофельное пюре по-домашнему (гарнир)	180г	3,79	5,2	27,4	173	ТТК № 333
5	Капша гречневая рассыпчатая "Молока" (гарнир)	180г	4,59	5,84	25,24	174,1	ТТК № 569
6	Капша рисовая рассыпчатая йогуртная (гарнир)	180г	3,94	2,34	44,35	219,72	ТТК № 497
7	Капша рисовая с овощами	150г	7,6	8,9	35,6	224,7	ТТК № 80
8	Капша рисовая с овощами	180г	9,1	10,2	42,8	269,6	ТТК № 80
9	Кукуруза с овощами (гарнир)	180г	5,85	4,65	35	217	ТТК № 317
10	Макаронные изделия отварные "Фарфалле по-аппетитски" (гарнир)	180/5г	18,75	6,11	128,74	657	ТТК № 16
11	Макаронные изделия отварные	150г	5,1	9,15	34,2	244,5	ТТК № 129
12	Макаронные изделия отварные	180г	6,12	10,9	41,04	293,4	ТТК № 129
13	Макаронные изделия отварные с овощами	180г	5,34	7	96,03	230,53	ТТК № 611
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
1	Виточек "Митлофф с подливкой и соусом"	100г	12,46	13,2	9,15	207	ТТК № 314
2	Виточек "Митлофф"	100г	10,75	14,07	15,96	230,02	ТТК № 605
3	Виточек Немецкий с соусом томатным	100/30г	12,7	12,8	15,3	227,3	ТТК № 562
4	Виточек Нежный с соусом томатным	90/30г	10,3	10,6	14,1	195,6	ТТК № 562
5	Виточек Обеденный	90г	12,79	4,15	12,02	140,94	ТТК № 574
6	Виточник с джемом фруктовом (сдобнички)	140г	6,48	14,4	48,76	350,52	ТТК № 387
7	Виточник с джемом фруктовом (сдобнички)	140г	6,48	14,4	48,76	350,52	ТТК № 387
8	Виточник с джемом фруктовом (сдобнички) с сахаром	140г	7,88	16,1	46,36	362,52	ТТК № 387
9	Виток-бургер	180г	9,41	16,94	37,55	339,84	ТТК № 407
10	Бургер Сдобнички	140г	7,88	18,14	37,55	345,5	ТТК № 528
11	Вареники с картофелем и капустой со свиным маслом	170г	17,38	6,61	34,9	270	ТТК № 565
12	Вареники с картофелем и капустой со свиным маслом	150г	13,8	19,60	37,5	370,4	ТТК № 564
13	Вареники с картофелем и капустой со свиным маслом	200г	18	24,00	53,3	481,9	ТТК № 564

14	Вареники с картошкой со сливочным маслом	180г	9,96	15,20	42,6	337,7	ТТК №513
15	Вареники с картошкой со сливочным маслом	200г	12,86	17,90	47,4	374,8	ТТК №513
16	Гречка по-купечески с филе курицы	150г	10,4	15,2	30,1	261,3	ТТК №468
17	Гречка по-купечески с филе курицы	200г	13,1	17,8	35,7	327,9	ТТК №468
18	Гуляш из говядины	100г	9,6	8,9	3	130	ТТК №314
19	Гуляш из куриного филе	100г	16,42	7,13	5,61	152,61	ТТК №579
20	Жаркое из говядины по-домашнему	250г	11,24	17,79	21,5	294	ТТК №328
21	Жаркое по-деревенски	150г	12,4	17,6	22,2	306,3	ТТК №48
22	Жаркое по-деревенски	200г	16,5	23,5	29,6	408,4	ТТК №48
23	Запеченная "Итальянская" с грибами	250г	15,7	19,1	36,1	300,5	ТТК №545
24	Запеченная "Курочка по-деревенски"	250г	15,1	18,29	36,7	350,12	ТТК №529
25	Зразы "Мясной митлоф"	100г	15,03	14,3	3,67	206	ТТК №312
26	Зразы "Мясная черешня"	100г	11,12	13,7	6,02	194,95	ТТК №470
27	Зразы картошкой с маслом	180г	8,64	11,52	38,16	293,56	ТТК №572
28	Корюшка Сметана 70г	70г	6,89	9,56	24,18	211,14	ТТК №614
29	Котлета Английская	100г	12,23	7,5	10,45	159,2	ТТК №608
30	Котлета Нежная	100г	11,4	11,6	10,9	174	ТТК №563
31	Котлета Нежная	90г	10,25	10,4	9,8	156,6	ТТК №563
32	Котлета рыбная (минтай)	100г	11,2	12,6	11,7	203	ТТК №77
33	Котлета рыбная (минтай)	90г	10,2	11,05	9,8	172,3	ТТК №77
34	Котлеты рубленные из птицы	100г	10,7	16,2	1,6	258,4	ТТК №62
35	Котлеты рубленные из птицы	90г	9,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62
36	Куриная отбивная "Солнечная"	100г	13,1	8,11	12,5	202,1	ТТК №330
37	Куриная отбивная в сырной заливке	100г	10,69	4,7	8,34	119	ТТК №315
38	Ленок-хлеб курицы	100г	14,9	9,2	2,7	99	ТТК №341
39	Минтай, запеченный с картофелем	100г	16,27	6,4	1,84	123,3	ТТК №606
40	Минтай, запеченный под сырной корочкой	100г	20,48	3,6	4,6	132,45	ТТК №172
41	Наттеры	50г	5,8	4,98	8,38	101,5	ТТК №349
42	Оладьи из гречки	90г	12,8	3,9	5,8	113,7	ТТК №197
43	Оладьи по-кордаски	128г	7,56	4,32	66,52	334,8	ТТК №465
44	Оладьи с фруктовым джемом (облепиховый)	128г	7,56	4,32	66,52	334,8	ТТК №465
45	Оладьи с фруктовым джемом (клубничный)	128г	7,56	4,32	66,52	334,8	ТТК №465
46	Оладьи с фруктовым джемом (лимонный)	128г	7,56	4,32	66,52	334,8	ТТК №465
47	Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	100г	20,3	22,4	1	287	ТТК №120
48	Пельмени открытые со сливочным маслом	200г	21,6	19,8	52,5	435,8	ТТК №116
49	Пельмени открытые со сливочным маслом	250г	25,3	24,1	65,6	544,8	ТТК №116
50	Печенье по-строганскому	100г	10,92	6,82	6,76	133	ТТК №278
51	Пита Кишский марс	230г	19,07	21,11	62,35	521,87	ТТК №612
52	Пита Оранжевый минс	240г	22,38	10,85	61,25	438,82	ТТК №613
53	Плов из птицы	150г	12	19	29,4	312	ТТК №67
54	Плов из птицы	200г	16	23,6	42,9	426	ТТК №67
55	Птица, тушенная в соусе с овощами	150г	12,5	20,7	28,9	330	ТТК №66
56	Птица, тушенная в соусе с овощами	200г	16,8	24,7	38,5	417,3	ТТК №66
57	Рыбу из птицы	150г	11,6	16,6	21,8	287,2	ТТК №71
58	Рыбу из птицы	200г	15,5	21,9	32,5	382,9	ТТК №71
59	Рез-бургер	140г	12,81	10,33	38,65	298,76	ТТК №527
60	Рубленое паюска	110г	2,31	3,168	11,55	84,68	ТТК №571
61	Соус масло-сливочный Классический	100г	0,6	0,17	12,76	54,47	ТТК №610
62	Солданы "Капоре" с курицей	105г	13,03	16,08	17,8	277,29	ТТК №494
63	Хот-дог Лангунд с помидорами	144г	17,08	10,94	43,28	335,28	ТТК №526
64	Шашлык куриный	100г	29,47	5,48	1,33	171,56	ТТК №505

КАШИ МОЛОЧНЫЕ

1	Каши овсяная из риса и пшена Дружба с маслом	200г	9,6	14,5	32	220,6	ТТК №103
2	Каши овсяная из риса и пшена Дружба с маслом	250г	11,1	17,1	41	275,5	ТТК №103
3	Каши гречневая молочная с маслом	200г	9,7	14,5	28,4	220,6	ТТК №515
4	Каши гречневая молочная с маслом	250г	11,9	17,1	35,5	275,8	ТТК №515

СМОТА ИЗ ТВОРОГА, ЯИЦ

1	Вареники с творогом с соусом молочным сливочным	250/50г	18,9	17,6	60,4	526,3	ТТК №514
2	Вареники с творогом с соусом молочным сливочным	200/50г	15,9	14,6	50,2	436,7	ТТК №514
3	Яблоко молочное варенье 1шт	1шт	7,2	5,9	0,5	101	ТТК №537

САЛАТЫ						
1	Винегрет овощной	150г	2,19	5,15	12,12	ТТК №9
2	Калыска калыска	100г	1,5	0,1	8,5	ТТК №3
3	Морковь по-корейски	60г	0,78	1,86	4,2	ТТК №226
4	Огурец свежий	100г	0,78	0,1	1,66	ТТК №1
5	Огурец соевый	100г	0,78	0,1	1,66	ТТК №4
6	Помидор свежий	100г	1,07	0	2,33	ТТК №2
7	Помидор соевый	100г	1,07	0	2,33	ТТК №27
8	Салат из квашеной капусты с рым	150г	2,57	5,16	5,87	ТТК №172
9	Салат из свежих помидоров и огурцов	150г	1,42	8,95	5,37	ТТК №24
10	Салат на свежках с огурцом и чесночком	150г	6,91	13,83	10,79	ТТК №50
11	Салат Сельский	150г	2	5,21	13,74	ТТК №13
12	Салат Стриженый	100г	11,9	25,83	4,84	ТТК №54
13	Свежая отварная	100г	1,05	0,1	8,5	ТТК №5
14	Свежая с чесноком	100г	1,42	3,6	8,29	ТТК №43
НАПИТКИ						
1	Какао напиток "Торговый шоколад"	180г	5,08	5,03	19,94	ТТК №66
2	Какао напиток "Холодный шоколад"	180г	5,08	5,03	19,94	ТТК №66
3	Кисель из лопуха	200г	0,1	0	28,2	110,3
4	Компот из яблок	200г	0,5	0,1	27,4	112,6
5	Компот на свежих плодах (яблоко)	200г	0,2	0,2	27,5	112,7
6	Компот на свежих сухофруктах	200г	0,4	0	20,4	84
7	Корейский напиток на молоке	200г	2,3	1,3	25,9	123,5
8	Напиток лимонный	200г	0,1	0	16,7	69,5
9	Холодный чай "Лесные ягоды"	200г	0,126	0,026	13,26	55
10	Холодный чай фруктовый "Мандарин, юзу"	200г	0,2	0,04	24,4	100
11	Холодный чай яблочный "Облепиховый"	200г	0	0	18,9	73,5
12	Чай горячий "Лесные ягоды"	200г	0,126	0,026	13,26	55
13	Чай горячий фруктовый "Мандарин, юзу"	200г	0,2	0,04	24,4	100
14	Чай горячий яблочный "Облепиховый"	200г	0	0	18,9	73,5
15	Чай с сахаром	200г	0,2	0	15,2	58
16	Чай с сахаром и лимоном	200г	0,3	0	15,2	60
17	Чай с сахаром и лимоном	200г	0,18	0	15	58
18	Чай черничный с лимонной	200г	0,3	0,07	10,33	43,34
19	Чай черничный с яблоком свежим	200г	0,25	0,05	5,11	21,49
20	Чай черничный со скорлупой	200г	0,26	0,06	9,41	39,02
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ						
1	Булочка "Аппетитная с хрустом"	70г	6,72	4,83	39,41	ТТК №400
2	Булочка с чесночком	70г	3,4	1,2	21,7	ТТК №125
3	Булочка с сыром	35/10/5г	6,7	6,1	17,1	ТТК №380
4	Корзиночка Ванильное обильно	75г	3,49	7,95	33,88	ТТК №621
5	Корзиночка Ванильное обильно	40г	3,84	10,92	23,84	ТТК №495
6	Хлеб пшеничный	30г	1,98	0,36	10,02	52
7	Хлеб пшеничный	30г	2,4	0,3	14,5	ТТК №7
ФРУКТЫ						
1	Фрукты свежие (яблоко)	180г	0,7	0,7	15,1	82,1
3382011						