

Меню

на «9» октября 2026г.

Сезон: осенне-зимний

Директор

Утверждаю:

Н.В.Зрянина

09.10.2026г



День №15

№ блюд по сборнику 2022г под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б. Никитюка.	Наименование	Выход	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность
		(Г)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	(ккал)
ТТК№3	Котлета «Сазан» п/ф (сазан)	100	65,30	6,62	16,05	13,40	217,30
ТК№12	Бобовые отварные (гороховое пюре)	180	28,00	6,70	2,73	28,77	233,75
ТК№29	Овощи сезонные (свежие, солёные)	100	11,70	0,80	0,20	1,80	83,20
ТК№26	Хлеб ржаной	60	10,00	3,96	0,72	20,52	99,24
ТК№17	Чай с лимоном	217	8,97	0,13	0,20	15,20	62,00

	Итого БЖУ			18,21	19,90	79,69	695,49
	Итого сумма		123,97				