

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Узбекова А.Р.

Согласовано

Директор ГАБЮУ СО "ТМК"

Мамалов И.А.



Наименование	Гр	Цена	КБЖУ на 150гр
Спагетти болоньезе (спагетти, куриный фарш, томатная паста, лук реп., соль, перец)	250	125	Белки-23,75г, Жиры-20,25г, Углеводы-47,75г, 475ккал
Рыба под овощами с булгуром (филе минтая, морковь, лук реп., соус, сыр, булгур, масло раст..)	250	140	Белки-20,5г, Жиры-50г, Углеводы-32,5г, 512 ккал
Мясо по-французски (картофель, лук реп., морковь, соус, сыр, соль, перец)	250	140	Белки-28,5г, Жиры-28,75г, Углеводы-14,48г, 514 ккал
Гуляш с пюре (свиное филе, лук реп., томатная паста, картофельное пюре, масло слив, сухое молоко)	250	120	Белки-10г, Жиры-22,5г, Углеводы-21,5г, 385ккал
Печень с пюре (печень куриная, сметана, картофельное пюре, масло слив, сух. молоко)	250	110	Белки-22,5г, Жиры-27,6г, Углеводы-40г, 475 ккал
Тефтели с пюре (куриные тефтели (куриное филе, рис), картофельное пюре, масло слив, сухое молоко)	250	120	Белки-23г, Жиры-42г, Углеводы-28,3г, 473 ккал
Котлета с пюре (куриная котлета, картофельное пюре, масло слив, сухое молоко)	250	120	Белки-21,5г, Жиры-36,5г, Углеводы-25,1г, 454 ккал
Плов с курицей (рис, куриное филе, морковь, лук, зира, куркума, кариандр, соль, перец)	250	120	Белки-22,6г, Жиры-16,9г, Углеводы-42,1г, 410,5 ккал
Сосиски с макаронами (сосиски куриные, макароны, масло слив., соль)	250	110	Белки-22г, Жиры-23,3г, Углеводы-57,4г, 522 ккал
Сосиски с пюре (сосиски куриные, картофельное пюре, масло слив, сухое молоко)	250	110	Белки-23,5г, Жиры-24,5г, Углеводы-50,5г, 510 ккал
Хинкали (фарш свино-говяжий, лук реп., тесто, соус грузинский)	250	140	Белки-27,8г, Жиры-32г, Углеводы-46г, 586 ккал
Куриное филе с макаронами (макароны, куриное филе, шампиньоны, томаты, сыр, соус, яйцо, масло раст., соль)	250	130	Белки-22,5г, Жиры-12,5г, Углеводы-42г, 381 ккал
Куриное филе с пюре (картофельное пюре, куриное филе, шампиньоны, томаты, сыр, соус, яйцо, масло раст., соль)	250	130	Белки-26,5 г, Жиры-15,7г, Углеводы-45,5г, 415ккал
Котлета с гречкой (котлета куриная, гречка, масло раст., соль, перец)	250	125	Белки-48,5 г, Жиры-6,3г, Углеводы-13,5г, 304ккал
Тефтели с гречкой (куриные тефтели (куриное филе, рис), гречка, соль)	250	125	Белки-50,5 г, Жиры-8,3г, Углеводы-16,5г, 335ккал
Мак энд чиз (макароны, соус сырный, ветчина, сыр, сливки, масло раст.)	250	125	Белки-39,2 г, Жиры-32,5г, Углеводы-43,8г, 560ккал