



(Крылова Н.Н.)

Меню
Понедельник - 2 с 7 до 11 лет

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------------|--|----------|--------------|
| Завтрак | | | |
| 180 | Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| 150 | Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| ИТОГО: 570 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,53 г, Жиры - 11,97 г, Углеводы - 93,32 г, Калорийность - 556,64 ккал | | 67,00 |
| Стоимость | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из моркови с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,75 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 7 г, Калорийность - 32,27 ккал | пор | |
| 200 | Суп гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,03 г, Калорийность - 129,12 ккал | пор | |
| 200 | Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 16,52 г, Жиры - 18,59 г, Углеводы - 35,95 г, Калорийность - 376,68 ккал | пор | |
| 180 | Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 700 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 27,3 г, Жиры - 25,37 г, Углеводы - 99,78 г, Калорийность - 743,51 ккал | | 78,00 |
| Стоимость | | | |
| Полдник | | | |
| 100 | Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 48,53 г, Калорийность - 325,29 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 8,83 г, Жиры - 10,82 г, Углеводы - 61,57 г, Калорийность - 378,68 ккал | | 22,00 |
| Стоимость | | | |
| ИТОГО: 1 570 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 53,66 г, Жиры - 48,16 г, Углеводы - 254,66 г, Калорийность - 1 678,83 ккал | | |

Зам. директора по производству _____

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела _____

(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор _____

Телефон: 8 8342 54-66-11



Андреева (Журякова Н. И.)



Меню
Вторник - 2 с 7 до 11 лет

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|----------------------|---|----------|--------------|
| Завтрак | | | |
| 170 | Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком Пищевая ценность: Белки - 22,81 г, Жиры - 13,2 г, Углеводы - 46,44 г, Калорийность - 400,47 ккал | пор | |
| 200 | Кофейный напиток/ Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 2,66 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 113,4 ккал | пор | |
| 40 | Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал | пор | |
| 200 | Сок 200 мл в инд.уп. Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал | пор | |
| ИТОГО: 610 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,28 г, Жиры - 16,3 г, Углеводы - 106,82 г, Калорийность - 691,87 ккал | | |
| Стоимость | | | 67,00 |

| | | | |
|----------------------|---|-----|--------------|
| Обед | | | |
| 60 | Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,4 г, Углеводы - 5,4 г, Калорийность - 81,6 ккал | пор | |
| 200 | Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,51 г, Жиры - 4,63 г, Углеводы - 9,69 г, Калорийность - 86,48 ккал | пор | |
| 90 | Шницель рубленый из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 18,78 г, Жиры - 5,36 г, Углеводы - 10,82 г, Калорийность - 167,95 ккал | пор | |
| 150 | Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал | пор | |
| 180 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 740 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 31,04 г, Жиры - 20,8 г, Углеводы - 88,39 г, Калорийность - 674,03 ккал | | |
| Стоимость | | | 78,00 |

| | | | |
|----------------------|---|-----|--------------|
| Полдник | | | |
| 100 | Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 ккал | пор | |
| 200 | Варенец Пищевая ценность: Белки - 6,4 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 8 г, Калорийность - 102 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 16,96 г, Жиры - 18,68 г, Углеводы - 75,92 г, Калорийность - 538,57 ккал | | |
| Стоимость | | | 22,00 |

| | | | |
|------------------------|---|--|--|
| ИТОГО: 1 650 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 76,27 г, Жиры - 55,78 г, Углеводы - 271,12 г, Калорийность - 1 904,47 ккал | | |
|------------------------|---|--|--|

Зам. директора по производству

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела

(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор

Телефон: 8 8342 54-66-11





Меню
Среда - 2 с 7 до 11 лет

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------------|---|----------|--------------|
| Завтрак | | | |
| 10 | Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал | пор | |
| 200 | Каша пшённная молочная Пищевая ценность: Белки - 8,8 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 45,75 г, Калорийность - 282,79 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| 50 | Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| ИТОГО: 500 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,62 г, Жиры - 15,21 г, Углеводы - 101,61 г, Калорийность - 606,28 ккал | | |
| Стоимость | | | 67,00 |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 51,33 ккал | пор | |
| 200 | Щи из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,61 г, Жиры - 4,66 г, Углеводы - 9,26 г, Калорийность - 85,58 ккал | пор | |
| 120 | Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,54 г, Жиры - 21,32 г, Углеводы - 14,51 г, Калорийность - 309,31 ккал | пор | |
| 150 | Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,66 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал | пор | |
| 180 | Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 770 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 28,41 г, Жиры - 34,07 г, Углеводы - 114,27 г, Калорийность - 880,51 ккал | | |
| Стоимость | | | 78,00 |
| Полдник | | | |
| 100 | Пирожок с вареным сгущенным молоком Пищевая ценность: Белки - 11,06 г, Жиры - 14,07 г, Углеводы - 66,93 г, Калорийность - 438,52 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 11,26 г, Жиры - 14,12 г, Углеводы - 79,98 г, Калорийность - 491,91 ккал | | |
| Стоимость | | | 22,00 |
| ИТОГО: 1 570 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 55,29 г, Жиры - 63,4 г, Углеводы - 295,85 г, Калорийность - 1 978,69 ккал | | |

Зам. директора по производству _____ / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____ / (Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела _____ / (Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор _____

Телефон: 8 8342 54-66-11





Меню

Четверг - **2 с 7 до 11 лет**

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|---|----------|--------------|
| Завтрак | | | |
| 30 | Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12 ккал | пор | |
| 90 | Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 14,08 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 12,74 г, Калорийность - 187,76 ккал | пор | |
| 150 | Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,01 г, Жиры - 4,28 г, Углеводы - 33,07 г, Калорийность - 187,03 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| ИТОГО: 510 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,26 г, Жиры - 13,51 г, Углеводы - 80,48 г, Калорийность - 534,18 ккал | | |
| Стоимость | | | 67,00 |

| | | | |
|------------------|---|-----|--------------|
| Обед | | | |
| 60 | Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 3,69 г, Углеводы - 7,68 г, Калорийность - 67,08 ккал | пор | |
| 200 | Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,92 г, Калорийность - 65,49 ккал | пор | |
| 200 | Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 15,51 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 19,93 г, Калорийность - 305,79 ккал | пор | |
| 180 | Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 700 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 22,61 г, Жиры - 25,48 г, Углеводы - 85,04 г, Калорийность - 661,16 ккал | | |
| Стоимость | | | 78,00 |

| | | | |
|------------------|---|-----|--------------|
| Полдник | | | |
| 100 | Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 48,53 г, Калорийность - 325,29 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 8,83 г, Жиры - 10,82 г, Углеводы - 61,57 г, Калорийность - 378,68 ккал | | |
| Стоимость | | | 22,00 |

| | | | |
|-----------------|---|--|--|
| ИТОГО: 1 510 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 53,7 г, Жиры - 49,81 г, Углеводы - 227,09 г, Калорийность - 1 574,01 ккал | | |
|-----------------|---|--|--|

Зам. директора по производству _____ /Чернов Игорь Васильевич/

Зав. производством: _____

Рук. производственного отдела _____ /Яушкина Марина Николаевна/

Экономист-калькулятор _____ /Родина Валентина Федоровна/

Телефон: 8 8342 54-66-11





Меню
Пятница - 2 с 7 до 11 лет

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|---|----------|--------------|
| Завтрак | | | |
| 50 | Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал | пор | |
| 200 | Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 6,67 г, Жиры - 11,61 г, Углеводы - 29,46 г, Калорийность - 249,64 ккал | пор | |
| 200 | Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| 50 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал | пор | |
| ИТОГО: 500 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,41 г, Жиры - 23,57 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 578,89 ккал | | |
| Стоимость | | | 67,00 |

| Обед | | | |
|------------------|--|-----|--------------|
| 60 | Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,9 г, Калорийность - 55,01 ккал | пор | |
| 200 | Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,21 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 9,69 г, Калорийность - 97,28 ккал | пор | |
| 120 | Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 19,38 г, Жиры - 16,9 г, Углеводы - 1,33 г, Калорийность - 129 ккал | пор | |
| 150 | Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал | пор | |
| 180 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 770 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 32,72 г, Жиры - 29,78 г, Углеводы - 81,37 г, Калорийность - 619,08 ккал | | |
| Стоимость | | | 78,00 |

| Полдник | | | |
|------------------|--|-----|--------------|
| 100 | Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 ккал | пор | |
| 200 | Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 11,66 г, Жиры - 13,88 г, Углеводы - 92,32 г, Калорийность - 538,57 ккал | | |
| Стоимость | | | 22,00 |

| | | | |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 570 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 67,79 г, Жиры - 67,22 г, Углеводы - 241,61 г, Калорийность - 1 736,53 ккал | | |
|-----------------|--|--|--|

Зам. директора по производству

Чернов Игорь Васильевич

Зав. производством:

Яушкина Марина Николаевна

Рук. производственного отдела

Родина Валентина Федоровна

Экономист-калькулятор

Родина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11

