



Понедельник - 1 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	
150	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 25,72 г, Жиры - 27,35 г, Углеводы - 4,57 г, Калорийность - 367,58 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	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 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: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 29,4 г, Жиры - 35,66 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 645,57 ккал		
Стоимость			63,72

Обед			
60	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,4 г, Углеводы - 5,4 г, Калорийность - 81,6 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	
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 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 - 24,21 г, Жиры - 29,89 г, Углеводы - 98,13 г, Калорийность - 766,66 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
100	Крендель сахарный, 100 ЦВ Пищевая ценность: Белки - 11,83 г, Жиры - 15,31 г, Углеводы - 74,82 г, Калорийность - 483,88 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 - 12,03 г, Жиры - 15,36 г, Углеводы - 87,86 г, Калорийность - 537,27 ккал		
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 550 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 65,64 г, Жиры - 80,9 г, Углеводы - 236,83 г, Калорийность - 1 949,5 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





Вторник - 1 с 7 до 11 лет

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
200	Каша манная молочная Пищевая ценность: Белки - 6,09 г, Жиры - 5,71 г, Углеводы - 33,16 г, Калорийность - 209,19 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	
ИТОГО: 500 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,69 г, Жиры - 13,95 г, Углеводы - 103,85 г, Калорийность - 592,57 ккал		
Стоимость			63,72
Обед			
60	Салат из свеклы с яблоками Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,1 г, Углеводы - 7,07 г, Калорийность - 68,21 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	
90	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 11,38 г, Жиры - 17,05 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 250,26 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 лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 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 - 25,37 г, Жиры - 31,7 г, Углеводы - 99,2 г, Калорийность - 786,73 ккал		
Стоимость			69,62
Полдник			
100	Пирожок с вареным сгущенным молоком, 100 ЦВ Пищевая ценность: Белки - 11,07 г, Жиры - 16,26 г, Углеводы - 66,96 г, Калорийность - 458,36 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 - 12,17 г, Жиры - 16,46 г, Углеводы - 91,36 г, Калорийность - 560,36 ккал		
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 540 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 51,23 г, Жиры - 62,1 г, Углеводы - 294,41 г, Калорийность - 1 939,66 ккал		

Зам. директора по производству

Чернов Игорь Васильевич

Зав. производством:

Клишова Н.Н.

Рук. производственного отдела

Клишова Марина Николаевна

Экономист-калькулятор

Родина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11



Григорьева Н.Н.



Меню
Среда - 1 с 7 до 11 лет

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
120	Тертели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 12,73 г, Жиры - 20,24 г, Углеводы - 15,04 г, Калорийность - 292,54 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	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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 - 20,7 г, Жиры - 24,73 г, Углеводы - 69,06 г, Калорийность - 581,69 ккал		
Стоимость			63,72
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	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	
185	Пельмени Пищевая ценность: Белки - 14,44 г, Жиры - 32,43 г, Углеводы - 50,47 г, Калорийность - 555,05 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,16 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 16,89 г, Калорийность - 70,67 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: 705 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 24,4 г, Жиры - 38,58 г, Углеводы - 113,3 г, Калорийность - 903,47 ккал		
Стоимость			69,62
Полдник			
100	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,49 г, Жиры - 10,68 г, Углеводы - 47,72 г, Калорийность - 321,57 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 - 8,69 г, Жиры - 10,73 г, Углеводы - 60,77 г, Калорийность - 374,95 ккал		
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 515 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 53,78 г, Жиры - 74,04 г, Углеводы - 243,13 г, Калорийность - 1 860,12 ккал		

Зам. директора по производству

Игорь Васильевич

/(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

Марина Николаевна

/(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела

Валентина Федоровна

/(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор

Телефон: 8 8342 54-66-11



Крыж/Крыжова Н.Н.



Четверг - 1 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 рисовая молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 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	
50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал	пор	
ИТОГО: 500 гр		Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,27 г, Жиры - 13,78 г, Углеводы - 93,58 г, Калорийность - 547,72 ккал	
Стоимость			63,72
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	Рассольник московский на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,96 г, Жиры - 4,01 г, Углеводы - 13,11 г, Калорийность - 96,88 ккал	пор	
200	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 14,33 г, Жиры - 16,97 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 300,73 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 - 22,2 г, Жиры - 25,27 г, Углеводы - 89,53 г, Калорийность - 675,42 ккал	
Стоимость			69,62
Полдник			
100	Крендель сахарный, 100 ЦВ Пищевая ценность: Белки - 11,83 г, Жиры - 15,31 г, Углеводы - 74,82 г, Калорийность - 483,88 ккал	пор	
200	Снежок Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,4 г, Калорийность - 105 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр		Пищевая ценность полдника: Белки - 17,43 г, Жиры - 20,31 г, Углеводы - 84,22 г, Калорийность - 588,88 ккал	
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 500 гр		Пищевая ценность дня: Белки - 51,9 г, Жиры - 59,36 г, Углеводы - 267,32 г, Калорийность - 1 812,02 ккал	

Зам. директора по производству

Чернов Игорь Васильевич

Зав. производством:

Крыжова Н.Н.

Рук. производственного отдела

Яушкина Марина Николаевна

Экономист-калькулятор

Родина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11





Пятница - 1 с 7 до 11 лет

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200	Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 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	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 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 - 17,11 г, Жиры - 12,7 г, Углеводы - 85,01 г, Калорийность - 525,02 ккал		
Стоимость			63,72
Обед			
60	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,89 г, Калорийность - 60,47 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	
90	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 12,74 г, Жиры - 20,75 г, Углеводы - 12,42 г, Калорийность - 288,74 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 - 24,86 г, Жиры - 32,46 г, Углеводы - 89,69 г, Калорийность - 752,7 ккал		
Стоимость			69,62
Полдник			
100	Пирожок с вареным сгущенным молоком, 100 ЦВ Пищевая ценность: Белки - 11,07 г, Жиры - 16,26 г, Углеводы - 66,96 г, Калорийность - 458,36 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 - 11,27 г, Жиры - 16,31 г, Углеводы - 80 г, Калорийность - 511,74 ккал		
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 540 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 53,24 г, Жиры - 61,47 г, Углеводы - 254,71 г, Калорийность - 1 789,46 ккал		

Зам. директора по производству _____

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела _____

(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор _____

(Родина Валентина Федоровна)

