



Меню  
Понедельник - 2 Старшие

| Выход            | Название  | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|---|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |   |          |              |
| 200              | <b>Рожки отварные с сыром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,6 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал             | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал              | пор      |              |
| 150              | <b>Фрукт, 1 шт</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал                  | пор      |              |
| ИТОГО: 590 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,09 г, Жиры - 13,57 г, Углеводы - 98,26 г, Калорийность - 597,23 ккал                        |          |              |
| <b>Стоимость</b> |   |          | <b>68,44</b> |

|                  |  |     |              |
|------------------|--|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |  |     |              |
| 100              | <b>Горошек зеленый отварной</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 6,5 г, Калорийность - 40 ккал   | пор |              |
| 250              | <b>Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,93 г, Жиры - 5,83 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 108,29 ккал | пор |              |
| 100              | <b>Гуляш из птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 16,13 г, Жиры - 11,92 г, Углеводы - 3,73 г, Калорийность - 189,47 ккал  | пор |              |
| 180              | <b>Каша рисовая рассыпчатая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,52 г, Жиры - 4,27 г, Углеводы - 47,43 г, Калорийность - 246,17 ккал   | пор |              |
| 180              | <b>Компот ассорти</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал   | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал   | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал   | пор |              |
| ИТОГО: 890 гр    | Пищевая ценность обеда: Белки - 32,32 г, Жиры - 23,92 г, Углеводы - 121,25 г, Калорийность - 838,77 ккал   |     |              |
| <b>Стоимость</b> |  |     | <b>74,93</b> |

|                 |   |
|-----------------|---|
| ИТОГО: 1 480 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 51,41 г, Жиры - 37,48 г, Углеводы - 219,52 г, Калорийность - 1 436 ккал |
|-----------------|---|

Цены указаны с учетом НДС

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  
Вторник - 2 Старшие

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 20               | <b>Сыр порционный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал                | пор      |              |
| 250              | <b>Каша пшённая молочная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 57,61 г, Калорийность - 355,34 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Кофейный напиток</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,66 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 113,4 ккал         | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал             | пор      |              |
| 40               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал                         | пор      |              |
| ИТОГО: 550 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,73 г, Жиры - 17,5 г, Углеводы - 115,27 г, Калорийность - 719,54 ккал                       |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>68,44</b> |

|                  |   |     |              |
|------------------|---|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |   |     |              |
| 100              | <b>Салат из свеклы с яблоками</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,14 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 11,52 г, Калорийность - 106,64 ккал                    | пор |              |
| 250              | <b>Суп картофельный с горохом на курином бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 18,54 г, Калорийность - 148,66 ккал | пор |              |
| 100              | <b>Шницель рубленый из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 18,19 г, Жиры - 20,65 г, Углеводы - 12,91 г, Калорийность - 311,4 ккал               | пор |              |
| 180              | <b>Каша гречневая вязкая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал                         | пор |              |
| 180              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал                                    | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                    | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                            | пор |              |
| ИТОГО: 890 гр    | Пищевая ценность обеда: Белки - 37,68 г, Жиры - 39,12 г, Углеводы - 119,2 г, Калорийность - 982,27 ккал   |     |              |
| <b>Стоимость</b> |   |     | <b>74,93</b> |

|                 |  |  |
|-----------------|--|--|
| ИТОГО: 1 440 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 62,41 г, Жиры - 56,62 г, Углеводы - 234,47 г, Калорийность - 1 701,81 ккал |  |
|-----------------|--|--|

Цены указаны с учетом НДС

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  
Среда - 2 Старшие

| Выход                | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|----------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>       |  |          |              |
| 200                  | <b>Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком</b><br>Пищевая ценность: Белки - 26,94 г, Жиры - 15,21 г, Углеводы - 53,35 г, Калорийность - 463,62 ккал | пор      |              |
| 200                  | <b>Чай с лимоном</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал                                       | пор      |              |
| 40                   | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал   | пор      |              |
| 200                  | <b>Сок 200 мл в инд.уп.</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал  | пор      |              |
| <b>ИТОГО: 640 гр</b> | <b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 29,98 г, Жиры - 15,67 г, Углеводы - 107,31 г, Калорийность - 696,37 ккал</b>   |          |              |
| <b>Стоимость</b>     |  |          | <b>68,44</b> |

|                      |   |     |              |
|----------------------|---|-----|--------------|
| <b>Обед</b>          |   |     |              |
| 100                  | <b>Винегрет овощной</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 8,23 г, Калорийность - 104,23 ккал                                       | пор |              |
| 250                  | <b>Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне,</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,87 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 107,82 ккал | пор |              |
| 130                  | <b>Биточки мясные с томатным соусом</b><br>Пищевая ценность: Белки - 14,5 г, Жиры - 27,73 г, Углеводы - 16,14 г, Калорийность - 373,54 ккал                     | пор |              |
| 180                  | <b>Рожки отварные</b><br>Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал  | пор |              |
| 180                  | <b>Компот из свежих яблок</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал                                   | пор |              |
| 40                   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал  | пор |              |
| 40                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                                    | пор |              |
| <b>ИТОГО: 920 гр</b> | <b>Пищевая ценность обеда: Белки - 32,43 г, Жиры - 47,11 г, Углеводы - 139,98 г, Калорийность - 1 117,64 ккал</b>   |     |              |
| <b>Стоимость</b>     |   |     | <b>74,93</b> |

|                        |   |
|------------------------|---|
| <b>ИТОГО: 1 560 гр</b> | <b>Пищевая ценность дня: Белки - 62,41 г, Жиры - 62,78 г, Углеводы - 247,29 г, Калорийность - 1 814,01 ккал</b> |
|------------------------|---|

Цены указаны с учетом НДС

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  
Четверг - 2 Старшие

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 40               | <b>Икра овощная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 3,6 г, Углеводы - 3,6 г, Калорийность - 54,4 ккал                          | пор      |              |
| 100              | <b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 12,47 г, Жиры - 19,73 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 282,78 ккал | пор      |              |
| 180              | <b>Картофельное пюре</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал                 | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал                      | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                       | пор      |              |
| ИТОГО: 560 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,3 г, Жиры - 28,45 г, Углеводы - 77,68 г, Калорийность - 654,26 ккал                                  |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>68,44</b> |

|                  |  |     |              |
|------------------|--|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |  |     |              |
| 100              | <b>Салат из моркови с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал   | пор |              |
| 250              | <b>Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,93 г, Жиры - 5,83 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 108,29 ккал | пор |              |
| 250              | <b>Плов из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 20,53 г, Жиры - 23,02 г, Углеводы - 53,71 г, Калорийность - 503,21 ккал   | пор |              |
| 180              | <b>Кисель, 180</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 21,76 г, Калорийность - 88,11 ккал   | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал   | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал   | пор |              |
| ИТОГО: 860 гр    | Пищевая ценность обеда: Белки - 30,14 г, Жиры - 30,58 г, Углеводы - 138,13 г, Калорийность - 950,76 ккал   |     |              |
| <b>Стоимость</b> |  |     | <b>74,93</b> |

|                 |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 420 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 50,44 г, Жиры - 59,03 г, Углеводы - 215,82 г, Калорийность - 1 605,02 ккал |  |  |
|-----------------|--|--|--|

Цены указаны с учетом НДС

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 Старшие

| Выход                | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|----------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>       |  |          |              |
| 20                   | <b>Джем</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 13 г, Калорийность - 50 ккал   | пор      |              |
| 250                  | <b>Каша манная молочная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 7,61 г, Жиры - 7,13 г, Углеводы - 41,44 г, Калорийность - 261,43 ккал                                     | пор      |              |
| 200                  | <b>Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 ккал | пор      |              |
| 40                   | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал   | пор      |              |
| 40                   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал   | пор      |              |
| <b>ИТОГО: 550 гр</b> | <b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,49 г, Жиры - 10,55 г, Углеводы - 112,18 г, Калорийность - 608,16 ккал</b>   |          |              |
| <b>Стоимость</b>     |  |          | <b>68,44</b> |

|                      |   |     |              |
|----------------------|---|-----|--------------|
| <b>Обед</b>          |   |     |              |
| 100                  | <b>Салат из белокочанной капусты с кукурузой</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,02 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,83 ккал       | пор |              |
| 250                  | <b>Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 97,34 ккал | пор |              |
| 100                  | <b>Котлеты рыбные</b><br>Пищевая ценность: Белки - 16,13 г, Жиры - 4,84 г, Углеводы - 15,04 г, Калорийность - 170,08 ккал                                 | пор |              |
| 180                  | <b>Каша рисовая рассыпчатая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,52 г, Жиры - 4,27 г, Углеводы - 47,43 г, Калорийность - 246,17 ккал                        | пор |              |
| 180                  | <b>Чай с лимоном</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал                                    | пор |              |
| 40                   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                      | пор |              |
| 40                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                              | пор |              |
| <b>ИТОГО: 890 гр</b> | <b>Пищевая ценность обеда: Белки - 33,89 г, Жиры - 21,3 г, Углеводы - 139,3 г, Калорийность - 888,78 ккал</b>   |     |              |
| <b>Стоимость</b>     |   |     | <b>74,93</b> |

**ИТОГО: 1 440 гр** Пищевая ценность дня: Белки - 50,38 г, Жиры - 31,86 г, Углеводы - 251,48 г, Калорийность - 1 496,94 ккал

Цены указаны с учетом НДС

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

