

*Бр/ф (Жушкова Н.Н.)*



Понедельник - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
150	<b>Фрукт (яблоко)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 600 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 37,92 г, Жиры - 45,06 г, Углеводы - 52,34 г, Калорийность - 770,39 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
250	<b>Щи из свежей капусты с на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,87 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 107,82 ккал	пор	
250	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 20,87 г, Жиры - 24,1 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 482,81 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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 - 31,29 г, Жиры - 40,62 г, Углеводы - 123,71 г, Калорийность - 998,83 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

ИТОГО: 1 460 гр Пищевая ценность дня: Белки - 69,2 г, Жиры - 85,67 г, Углеводы - 176,05 г, Калорийность - 1 769,22 ккал

Зам. директора по производству *[Подпись]* / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: *[Подпись]* / (Жушкова Н.Н.)

Рук. производственного отдела *[Подпись]* / (Жушкова Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор *[Подпись]* / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



*Григорова Н.Н.*



Вторник - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
250	<b>Каша манная молочная</b> Пищевая ценность: Белки - 7,61 г, Жиры - 7,13 г, Углеводы - 41,44 г, Калорийность - 261,43 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 550 гр</b>		<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,21 г, Жиры - 15,38 г, Углеводы - 112,13 г, Калорийность - 644,81 ккал</b>	
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свеклы с яблоками</b> Пищевая ценность: Белки - 1,14 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 11,52 г, Калорийность - 106,64 ккал	пор	
250	<b>Суп гороховый на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 18,54 г, Калорийность - 148,66 ккал	пор	
100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 12,47 г, Жиры - 19,73 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 282,78 ккал	пор	
180	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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 - 30,32 г, Жиры - 37,87 г, Углеводы - 122,58 г, Калорийность - 956,13 ккал</b>	
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>
<b>ИТОГО: 1 440 гр</b>		<b>Пищевая ценность дня: Белки - 45,53 г, Жиры - 53,25 г, Углеводы - 234,71 г, Калорийность - 1 600,95 ккал</b>	

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







Среда - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
130	<b>Тефтели мясные с томатным соусом</b> Пищевая ценность: Белки - 13,86 г, Жиры - 21,27 г, Углеводы - 15,55 г, Калорийность - 308,4 ккал	пор	
180	<b>Каша гречневая вязкая</b> Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> 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 - 22,72 г, Жиры - 26,73 г, Углеводы - 73,58 г, Калорийность - 625,72 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из моркови с сахаром</b> 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 со сметаной на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 119,09 ккал	пор	
185	<b>Пельмени</b> Пищевая ценность: Белки - 14,44 г, Жиры - 32,43 г, Углеводы - 50,47 г, Калорийность - 555,05 ккал	пор	
180	<b>Компот из свежих яблок</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 795 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 26,9 г, Жиры - 40,22 г, Углеводы - 128,33 г, Калорийность - 988,9 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>
<b>ИТОГО: 1 345 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 49,62 г, Жиры - 66,94 г, Углеводы - 201,91 г, Калорийность - 1 614,62 ккал</b>		

Зам. директора по производству

*Игорь Васильевич Чернов*  
/(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

*Марина Николаевна Яушкина*  
/(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела

*Валентина Федоровна Родина*  
/(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор

*Валентина Федоровна Родина*  
/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11





Четверг - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
250	<b>Каша рисовая молочная</b> Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
50	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 550 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,67 г, Жиры - 15,2 г, Углеводы - 103,14 г, Калорийность - 604,58 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты</b> Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 10,23 г, Калорийность - 93,41 ккал	пор	
250	<b>Рассольник московский на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 2,39 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 16,05 г, Калорийность - 121,36 ккал	пор	
250	<b>Жаркое по-домашнему</b> Пищевая ценность: Белки - 17,91 г, Жиры - 21,22 г, Углеводы - 28,75 г, Калорийность - 375,93 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 860 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 28,42 г, Жиры - 33,18 г, Углеводы - 112,29 г, Калорийность - 862,9 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

<b>ИТОГО: 1 410 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 42,1 г, Жиры - 48,39 г, Углеводы - 215,42 г, Калорийность - 1 467,48 ккал</b>
------------------------	--

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





Отв. по кит  
Согласовано  
*Родина (Федорова Н.Н.)*



Пятница - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
20	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
250	<b>Каша молочная "Дружба"</b> Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,2 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,57 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,57 г, Жиры - 14,2 г, Углеводы - 93,67 г, Калорийность - 579,12 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 8,23 г, Калорийность - 104,23 ккал	пор	
250	<b>Суп с вермишелью на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 86,54 ккал	пор	
100	<b>Котлеты рубленые из мяса</b> Пищевая ценность: Белки - 14,16 г, Жиры - 22,7 г, Углеводы - 14,16 г, Калорийность - 319,21 ккал	пор	
180	<b>Каша гречневая вязкая</b> 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> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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 - 29,79 г, Жиры - 39,91 г, Углеводы - 111,05 г, Калорийность - 925,55 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>
ИТОГО: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 48,36 г, Жиры - 54,11 г, Углеводы - 204,72 г, Калорийность - 1 504,67 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

