

Март -

Меню
Понедельник - 1 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло (порциями) Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
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 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	
200	Сок 200 мл в инд.уп. Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
ИТОГО: 630 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,81 г, Жиры - 18,7 г, Углеводы - 99,99 г, Калорийность - 637,6 ккал		
Стоимость			

Обед			
60	Салат из белокочанной капусты с кукурузой Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 7,97 г, Калорийность - 74,62 ккал	пор	
200	Суп с клецками на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 6,97 г, Жиры - 7,19 г, Углеводы - 19,75 г, Калорийность - 170,99 ккал	пор	
120	Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе, 90/30 Пищевая ценность: Белки - 28,44 г, Жиры - 16,55 г, Углеводы - 0,95 г, Калорийность - 273,85 ккал	пор	
150	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 3,74 г, Жиры - 3,43 г, Углеводы - 39,27 г, Калорийность - 202,93 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: 770 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 45,43 г, Жиры - 32,57 г, Углеводы - 109,74 г, Калорийность - 927,84 ккал		
Стоимость			200,54

ИТОГО: 1 400 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 62,24 г, Жиры - 51,27 г, Углеводы - 209,73 г, Калорийность - 1 565,44 ккал		
-----------------	--	--	--

Зам. директора по производству

[Подпись]

/(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

[Подпись]

/(Яушкина Марина Николаевна) **НА**

Рук. производственного отдела

[Подпись]

/(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор

[Подпись]

/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню

Меню
Вторник - 1 Младшие

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 молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 ккал	пор	
200	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,46 г, Жиры - 2,25 г, Углеводы - 16,38 г, Калорийность - 95,61 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 - 24,79 г, Жиры - 20,86 г, Углеводы - 75,45 г, Калорийность - 589,58 ккал		
Стоимость			
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 гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 7,7 г, Жиры - 5,51 г, Углеводы - 15,09 г, Калорийность - 140,24 ккал	пор	
90	Рыба запеченная Пищевая ценность: Белки - 19,67 г, Жиры - 17,44 г, Углеводы - 3,5 г, Калорийность - 213,53 ккал	пор	
150	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 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 - 36,2 г, Жиры - 31,76 г, Углеводы - 91 г, Калорийность - 760,02 ккал		
Стоимость			200,54
ИТОГО: 1 240 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 60,99 г, Жиры - 52,61 г, Углеводы - 166,45 г, Калорийность - 1 349,6 ккал		

Зам. директора по производству _____

/(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

/(Ушаркина МА)

Рук. производственного отдела _____

/(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор _____

/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Манд -

Меню
Среда - 1 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20 ккал	пор	
160	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 27,36 г, Жиры - 28,83 г, Углеводы - 4,84 г, Калорийность - 388,58 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	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
ИТОГО: 500 гр Пищевая ценность завтрака: Белки - 36,05 г, Жиры - 37 г, Углеводы - 75,46 г, Калорийность - 775,97 ккал			
Стоимость			
Обед			
60	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,92 г, Калорийность - 60,63 ккал	пор	
200	Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,95 г, Калорийность - 76,48 ккал	пор	
90	Цыпленок запеченный (голень) Пищевая ценность: Белки - 23,4 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 0,48 г, Калорийность - 225,35 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	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,03 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 12,44 г, Калорийность - 49,93 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 - 38,05 г, Жиры - 25,42 г, Углеводы - 78,22 г, Калорийность - 700,99 ккал			
Стоимость			200,54
ИТОГО: 1 240 гр Пищевая ценность дня: Белки - 74,1 г, Жиры - 62,42 г, Углеводы - 153,68 г, Калорийность - 1 476,96 ккал			

Зам. директора по производству _____

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

(Читмаркина НА)

Рук. производственного отдела _____

(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор _____

(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Маш

Меню
Четверг - 1 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 2,6 г, Жиры - 2,61 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 34,4 ккал	пор	
200	Каша рисовая молочная Пищевая ценность: Белки - 5,46 г, Жиры - 6,38 г, Углеводы - 37,74 г, Калорийность - 230,84 ккал	пор	
200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 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: 600 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,66 г, Жиры - 12,5 г, Углеводы - 92,91 г, Калорийность - 548,11 ккал		
Стоимость			

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 - 1,55 г, Жиры - 4,64 г, Углеводы - 10,08 г, Калорийность - 88,32 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	Пюре из бобовых с маслом Пищевая ценность: Белки - 17,28 г, Жиры - 4,1 г, Углеводы - 36,13 г, Калорийность - 250,69 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 - 38,84 г, Жиры - 21,88 г, Углеводы - 106,25 г, Калорийность - 780,74 ккал		
Стоимость			200,54

ИТОГО: 1 340 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 53,49 г, Жиры - 34,38 г, Углеводы - 199,16 г, Калорийность - 1 328,85 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



Ивант

Меню
Пятница - 1 Младшие

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	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	
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 - 26,09 г, Жиры - 13,58 г, Углеводы - 101,68 г, Калорийность - 639,22 ккал		
Стоимость			
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 - 4,67 г, Углеводы - 9,35 г, Калорийность - 86,01 ккал	пор	
240	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 20,23 г, Жиры - 13,85 г, Углеводы - 34,17 г, Калорийность - 345,34 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: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,69 г, Жиры - 22,94 г, Углеводы - 93,07 г, Калорийность - 694,48 ккал		
Стоимость			200,54
ИТОГО: 1 350 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 53,78 г, Жиры - 36,52 г, Углеводы - 194,75 г, Калорийность - 1 333,7 ккал		

Зам. директора по производству _____

/(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

/(Чижова Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела _____

/(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор _____

/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Маша

Меню
Понедельник - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло (порциями) Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,6 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 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	
200	Сок 200 мл в инд.уп. Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
ИТОГО: 650 гр		Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,37 г, Жиры - 20,3 г, Углеводы - 104,93 г, Калорийность - 678,19 ккал	
Стоимость			
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой Пищевая ценность: Белки - 2,02 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,83 ккал	пор	
250	Суп с клецками на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 8,04 г, Жиры - 8,97 г, Углеводы - 24,69 г, Калорийность - 211,04 ккал	пор	
130	Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 31,57 г, Жиры - 17,94 г, Углеводы - 0,95 г, Калорийность - 299,65 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,52 г, Жиры - 4,27 г, Углеводы - 47,43 г, Калорийность - 246,17 ккал	пор	
180	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
ИТОГО: 920 гр		Пищевая ценность обеда: Белки - 52,78 г, Жиры - 40,05 г, Углеводы - 137,86 г, Калорийность - 1 138,53 ккал	
Стоимость			235,70
ИТОГО: 1 570 гр		Пищевая ценность дня: Белки - 71,15 г, Жиры - 60,35 г, Углеводы - 242,79 г, Калорийность - 1 816,72 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

Валентина Федоровна / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Маш

Меню
Вторник - 1 Старшие

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	
250	Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,2 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,57 ккал	пор	
200	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,46 г, Жиры - 2,25 г, Углеводы - 16,38 г, Калорийность - 95,61 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: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,25 г, Жиры - 22,35 г, Углеводы - 84,11 г, Калорийность - 643,68 ккал		
Стоимость			
Обед			
100	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 12,79 г, Калорийность - 111,68 ккал	пор	
250	Суп гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 8,95 г, Жиры - 6,87 г, Углеводы - 18,86 г, Калорийность - 172,59 ккал	пор	
100	Рыба запеченная Пищевая ценность: Белки - 21,9 г, Жиры - 18,82 г, Углеводы - 4,2 г, Калорийность - 233,74 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 28,15 г, Калорийность - 171,36 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	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный 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 - 42,31 г, Жиры - 38,29 г, Углеводы - 115,04 г, Калорийность - 936,37 ккал		
Стоимость			235,70
ИТОГО: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 68,56 г, Жиры - 60,64 г, Углеводы - 199,15 г, Калорийность - 1 580,06 ккал		

Зам. директора по производству

Игорь Васильевич Чернов

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

Марина Николаевна Яушкина

(Яушкина Марина Николаевна) **НА**

Рук. производственного отдела

Валентина Федоровна Родина

(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор

Маш

(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Ms

Меню
Среда - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
60	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,86 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 3,9 г, Калорийность - 24 ккал	пор	
200	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 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	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 43,24 г, Жиры - 44,94 г, Углеводы - 77,34 г, Калорийность - 883,79 ккал		
Стоимость			
Обед			
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 8,28 г, Калорийность - 104,5 ккал	пор	
250	Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,48 г, Калорийность - 97,58 ккал	пор	
100	Цыпленок запеченный (голень) Пищевая ценность: Белки - 26 г, Жиры - 15,2 г, Углеводы - 0,54 г, Калорийность - 250,4 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,03 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 12,44 г, Калорийность - 49,93 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный 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 - 44,16 г, Жиры - 32,44 г, Углеводы - 97,92 г, Калорийность - 868,58 ккал		235,70
Стоимость			
ИТОГО: 1 440 гр Пищевая ценность дня: Белки - 87,4 г, Жиры - 77,38 г, Углеводы - 175,26 г, Калорийность - 1 752,37 ккал			

Зам. директора по производству _____

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

(Ю)

(Яуцкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела _____

(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор _____

Телефон: 8 8342 54-66-11



MT

Меню
Четверг - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 2,6 г, Жиры - 2,61 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 34,4 ккал	пор	
250	Каша рисовая молочная Пищевая ценность: Белки - 6,86 г, Жиры - 7,81 г, Углеводы - 47,3 г, Калорийность - 287,7 ккал	пор	
200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 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: 650 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,06 г, Жиры - 13,93 г, Углеводы - 102,47 г, Калорийность - 604,97 ккал		
Стоимость			
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 10,23 г, Калорийность - 93,41 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,97 г, Жиры - 5,84 г, Углеводы - 12,45 г, Калорийность - 110,21 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 15,44 г, Жиры - 10,66 г, Углеводы - 13,76 г, Калорийность - 214,03 ккал	пор	
180	Пюре из бобовых с маслом Пищевая ценность: Белки - 20,74 г, Жиры - 5,07 г, Углеводы - 43,36 г, Калорийность - 302,15 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	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный 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 - 46,27 г, Жиры - 28,36 г, Углеводы - 130,96 г, Калорийность - 968,16 ккал		
Стоимость			235,70
ИТОГО: 1 540 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 62,33 г, Жиры - 42,28 г, Углеводы - 233,43 г, Калорийность - 1 573,13 ккал		

Зам. директора по производству _____

(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____

(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела _____

(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор _____

(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11