

Меню
Понедельник - 1 Младшие

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	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
150	Фрукт, 1 шт 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 - 29,64 г, Жиры - 35,58 г, Углеводы - 52,12 г, Калорийность - 651,57 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 с картофелем на курином 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 - 16,25 г, Жиры - 17,73 г, Углеводы - 42,27 г, Калорийность - 392,88 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 15,97 г, Калорийность - 63,84 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 - 23,71 г, Жиры - 29,02 г, Углеводы - 102,15 г, Калорийность - 772,1 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
100	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 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 - 8,21 г, Жиры - 10,8 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 386,87 ккал		
Стоимость			22,00

ИТОГО: 1 550 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 61,56 г, Жиры - 75,4 г, Углеводы - 218,38 г, Калорийность - 1 810,55 ккал		
-----------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Родина / ()

Рук. производственного отдела Марина Яушкина / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Вторник - 1 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Зефир, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 39,9 г, Калорийность - 163 ккал	пор	
200	Каша рисовая молочная Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал	пор	
200	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
ИТОГО: 490 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,84 г, Жиры - 8,73 г, Углеводы - 116,96 г, Калорийность - 595,96 ккал		
Стоимость			63,72

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	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,92 г, Калорийность - 65,49 ккал	пор	
90	Котлеты рубленные 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 - 22,05 г, Жиры - 27,42 г, Углеводы - 92,12 г, Калорийность - 706,22 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
100	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,84 г, Жиры - 10,7 г, Углеводы - 45,82 г, Калорийность - 315,02 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 - 9,94 г, Жиры - 10,9 г, Углеводы - 70,22 г, Калорийность - 417,02 ккал		
Стоимость			22,00

ИТОГО: 1 530 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 43,82 г, Жиры - 47,05 г, Углеводы - 279,3 г, Калорийность - 1 719,2 ккал		
-----------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Лебева /()

Рук. производственного отдела Марина Николаевна /((Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Валентина Федоровна /((Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11

Меню

Среда - 1 Младшие



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	
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: 540 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,63 г, Жиры - 24,79 г, Углеводы - 71,01 г, Калорийность - 593,69 ккал		
Стоимость			63,72

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	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,51 г, Жиры - 4,63 г, Углеводы - 9,69 г, Калорийность - 86,48 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 свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 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 - 21,37 г, Жиры - 26,68 г, Углеводы - 85,13 г, Калорийность - 667,29 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
100	Булочка домашняя, Пищевая ценность: Белки - 12,3 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 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 - 12,5 г, Жиры - 12,81 г, Углеводы - 90,68 г, Калорийность - 527,45 ккал		
Стоимость			22,00

ИТОГО: 1 540 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 55,5 г, Жиры - 64,28 г, Углеводы - 246,82 г, Калорийность - 1 788,43 ккал		
-----------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Ребеда / ()

Рук. производственного отдела Яушкина Марина Николаевна / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Родина Валентина Федоровна / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Четверг - 1 Младшие

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	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 16,25 г, Жиры - 17,73 г, Углеводы - 42,27 г, Калорийность - 392,88 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	
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 - 23,47 г, Жиры - 33,04 г, Углеводы - 109,77 г, Калорийность - 826,37 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	Рассольник московский на курином бульоне (крупа перловая), Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,09 г, Углеводы - 13,11 г, Калорийность - 107,68 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	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,66 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 15,97 г, Калорийность - 63,84 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 - 40,22 г, Жиры - 26,76 г, Углеводы - 104,65 г, Калорийность - 828,02 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
100	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 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 - 16,16 г, Жиры - 18,68 г, Углеводы - 77,32 г, Калорийность - 541,57 ккал		
Стоимость			22,00

ИТОГО: 1 540 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 79,85 г, Жиры - 78,48 г, Углеводы - 291,73 г, Калорийность - 2 195,96 ккал		
-----------------	--	--	--

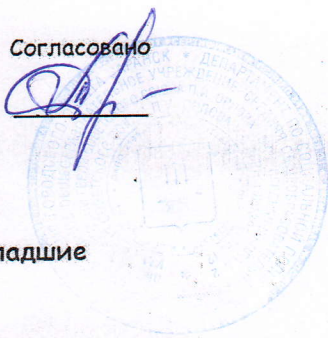
Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: А.А. Федорова / ()

Рук. производственного отдела Марина Яушкина / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)



Меню
Пятница - 1 Младшие

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	Кофейный напиток 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	
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 - 19,54 г, Жиры - 15,35 г, Углеводы - 91,44 г, Калорийность - 583,67 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	Суп картофельный с горохом на курином бульоне, Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,03 г, Калорийность - 129,12 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 - 28,31 г, Жиры - 34,64 г, Углеводы - 95,82 г, Калорийность - 810,87 ккал		
Стоимость			69,62
Полдник			
100	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 48,47 г, Калорийность - 324,99 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 - 61,51 г, Калорийность - 378,38 ккал		
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 540 гр Пищевая ценность дня: Белки - 56,68 г, Жиры - 60,81 г, Углеводы - 248,76 г, Калорийность - 1 772,92 ккал			

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству Чернов Игорь Васильевич

Зав. производством: Рябова (И)

Рук. производственного отдела Яушкина Марина Николаевна

Экономист-калькулятор Родина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11