

Меню
Понедельник - 2 с 11 лет и старше



Выход	Название	Ед. изм.	Цен
Завтрак			
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 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	
130	Фрукты (яблоки) Пищевая ценность: Белки - 0,52 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 12,74 г, Калорийность - 61,1 ккал	пор	
ИТОГО: 570 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,01 г, Жиры - 13,49 г, Углеводы - 96,3 г, Калорийность - 587,83 ккал		
Стоимость			68,
Обед			
100	Помидоры свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 3,8 г, Калорийность - 24 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	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,13 г, Жиры - 11,92 г, Углеводы - 3,73 г, Калорийность - 189,47 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 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: 890 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,68 г, Жиры - 24,95 г, Углеводы - 111,47 г, Калорийность - 805,49 ккал		
Стоимость			74,
ИТОГО: 1 460 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,69 г, Жиры - 38,44 г, Углеводы - 207,77 г, Калорийность - 1 393,32 ккал		

директора по производству _____ (Чернов Игорь Васильевич)

з. производством: _____ Захр/10 Зах валево Тел

производственного отдела _____ (Яушкина Марина Николаевна)

экономист-калькулятор _____ (Родина Валентина Федоровна)

телефон: 8 8342 54-66-11



Меню

Вторник - 2 с 11 лет и старше

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	Хлопья сладкие с молоком Пищевая ценность: Белки - 6,67 г, Жиры - 5,75 г, Углеводы - 11,04 г, Калорийность - 124,2 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: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,07 г, Жиры - 17,8 г, Углеводы - 47,78 г, Калорийность - 444,59 ккал		68,4
Стоимость			
Обед			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 3,47 г, Калорийность - 65,12 ккал	пор	
250	Суп гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 6,17 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 18,95 г, Калорийность - 150,6 ккал	пор	
100	Шницель рубленый из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 18,19 г, Жиры - 20,65 г, Углеводы - 12,91 г, Калорийность - 311,4 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	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 - 37,53 г, Жиры - 38,12 г, Углеводы - 111,56 г, Калорийность - 942,69 ккал		74,5
Стоимость			
Итого: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 60,6 г, Жиры - 55,92 г, Углеводы - 159,35 г, Калорийность - 1 387,28 ккал		

им. директора по производству Иванов (Чернов Игорь Васильевич)
 зав. производством: Иванов (Заведующая Завхозом Завхозова ТМ)
 ук. производственного отдела Иванов (Яушкина Марина Николаевна)
 экономист-калькулятор Иванов (Родина Валентина Федоровна)



Меню
Среда - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло пармезано Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 96,1 ккал	пор	
250	Каша рисовая молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,25 г, Калорийность - 280,09 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 52,39 ккал	пор	
50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 100 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 15,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр			
			68,44
Стоимость			
Обед			
100	Салат из свежих отварной Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 6,45 г, Калорийность - 85,37 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,57 г, Углеводы - 11,79 г, Калорийность - 108,32 ккал	пор	
130	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,5 г, Жиры - 27,73 г, Углеводы - 16,14 г, Калорийность - 371,54 ккал	пор	
180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,85 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	
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			
			74,93
Стоимость			
ИТОГО: 1 470 гр			
			143,37 г, Жиры - 45,88 г, Углеводы - 243,14 г, Калорийность - 1 702,36 ккал

Зам. директора по производству Васильев Игорь Васильевич
 Зав. производством: Зав. производством Т.В.
 Рук. производственного отдела Марина Николаевна
 Экономист-калькулятор Радина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11

Меню

Четверг - 2 с 11 лет и старше

Взход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
30	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
100	Котлеты рубленные из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 12,47 г, Жиры - 19,73 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 282,78 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 28,15 г, Калорийность - 171,35 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 83,39 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный 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 - 19,83 г, Жиры - 24,86 г, Углеводы - 74,99 г, Калорийность - 604,83 ккал		68,44
Стоимость			
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 10,23 г, Калорийность - 83,41 ккал	пор	
250	Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,28 г, Углеводы - 12,48 г, Калорийность - 86,78 ккал	пор	
250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,87 г, Жиры - 24,1 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 482,81 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: 860 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,63 г, Жиры - 34,11 г, Углеводы - 119,9 г, Калорийность - 910,53 ккал		74,93
Стоимость			
ИТОГО: 1 410 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 50,46 г, Жиры - 58,98 г, Углеводы - 194,88 г, Калорийность - 1 515,37 ккал		

Зам. директора по производству Игорь Васильевич (Чернов Игорь Васильевич)
 Зав. производством: Зоя Александровна
 Рук. производственного отдела Марина Николаевна (Яушина Марина Николаевна)
 Экономист-калькулятор Валентина Федоровна (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-86-11



Меню

Пятница - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200	Запеканка рисовая с творогом и стуженым молоком Пищевая ценность: Белки - 26,94 г, Жир - 15,21 г, Углеводы - 53,35 г, Калорийность - 463,62 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жир - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жир - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
200	Сок 200 мл в инд. уп. Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жир - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
Итого: 640 гр			
Стоимость 68,44			
Обед			
100	Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,9 г, Жир - 0,15 г, Углеводы - 2,85 г, Калорийность - 17,5 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,67 г, Жир - 5,92 г, Углеводы - 12,45 г, Калорийность - 121,01 ккал	пор	
130	Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 22,03 г, Жир - 19,09 г, Углеводы - 1,48 г, Калорийность - 145,44 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жир - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
180	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жир - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жир - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жир - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
Итого: 920 гр			
Стоимость 74,93			
Итого: 1 560 гр			
Пищевая ценность дня: Белки - 69,09 г, Жир - 47,81 г, Углеводы - 215,07 г, Калорийность - 1 454,29 ккал			

Зам. директора по производству

Зав. производством:

Рук. производственного отдела

Экономист-калькулятор

Телефон: 8 8342 54-66-11

В.И.И. /Чернов Игорь Васильевич)
З.В.З. /Зав. производством)
М.В.М. /Рудина Марина Николаевна)
В.В.В. /Родина Валентина Федоровна)