



**Меню**

**Пятница - 2 с 11 лет и старше**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Яйцо отварное</b> Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
250	<b>Каша геркулесовая</b> Пищевая ценность: Белки - 8,34 г, Жиры - 14,51 г, Углеводы - 36,82 г, Калорийность - 312,05 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	
50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 550 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,07 г, Жиры - 26,47 г, Углеводы - 75,29 г, Калорийность - 641,3 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>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	
130	<b>Рыба, тушенная с овощами</b> Пищевая ценность: Белки - 21,54 г, Жиры - 18,78 г, Углеводы - 1,48 г, Калорийность - 143,34 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 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	
<b>ИТОГО: 920 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 38,15 г, Жиры - 36,22 г, Углеводы - 102,61 г, Калорийность - 772,53 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>84,90</b>

<b>ИТОГО: 1 470 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 63,23 г, Жиры - 62,69 г, Углеводы - 177,9 г, Калорийность - 1 413,83 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