



Меню  
Пятница - 2 с 7 до 11 лет

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	
200	<b>Каша геркулесовая</b> Пищевая ценность: Белки - 6,67 г, Жиры - 11,61 г, Углеводы - 29,46 г, Калорийность - 249,64 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: 500 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,41 г, Жиры - 23,57 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 578,89 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>67,00</b>

<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты</b> Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,9 г, Калорийность - 55,01 ккал	пор	
200	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 4,21 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 9,69 г, Калорийность - 97,28 ккал	пор	
120	<b>Рыба, тушенная с овощами</b> Пищевая ценность: Белки - 19,38 г, Жиры - 16,9 г, Углеводы - 1,33 г, Калорийность - 129 ккал	пор	
150	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 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	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 770 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 32,72 г, Жиры - 29,78 г, Углеводы - 81,37 г, Калорийность - 619,08 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>78,00</b>

<b>Полдник</b>			
100	<b>Крендель сахарный</b> Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 ккал	пор	
200	<b>Сок</b> Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 300 гр</b>	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 11,66 г, Жиры - 13,88 г, Углеводы - 92,32 г, Калорийность - 538,57 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

<b>ИТОГО: 1 570 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 67,79 г, Жиры - 67,22 г, Углеводы - 241,61 г, Калорийность - 1 736,53 ккал</b>		
------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_

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

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11