



Меню
Понедельник - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
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	
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,09 г, Жиры - 13,57 г, Углеводы - 98,26 г, Калорийность - 597,23 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 3,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 6,5 г, Калорийность - 40 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,93 г, Жиры - 5,83 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 108,29 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 - 4,52 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: 890 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,32 г, Жиры - 23,92 г, Углеводы - 121,25 г, Калорийность - 838,77 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 480 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 51,41 г, Жиры - 37,48 г, Углеводы - 219,52 г, Калорийность - 1 436 ккал
-----------------	---

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Володьба Л.В. / (Володьба Л.В.)

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

Экономист-калькулятор Валентина Федоровна / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Вторник - 2 Старшие

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	
250	Каша пшённая молочная Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 57,61 г, Калорийность - 355,34 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	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,73 г, Жиры - 17,5 г, Углеводы - 115,27 г, Калорийность - 719,54 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из свеклы с яблоками Пищевая ценность: Белки - 1,14 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 11,52 г, Калорийность - 106,64 ккал	пор	
250	Суп картофельный с горохом на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 18,54 г, Калорийность - 148,66 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 - 37,68 г, Жиры - 39,12 г, Углеводы - 119,2 г, Калорийность - 982,27 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 62,41 г, Жиры - 56,62 г, Углеводы - 234,47 г, Калорийность - 1 701,81 ккал
------------------------	---

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Марина Яушкина / (Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Пятница - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20	Джем Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 13 г, Калорийность - 50 ккал	пор	
250	Каша манная молочная Пищевая ценность: Белки - 7,61 г, Жиры - 7,13 г, Углеводы - 41,44 г, Калорийность - 261,43 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	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: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,49 г, Жиры - 10,55 г, Углеводы - 112,18 г, Калорийность - 608,16 ккал		
Стоимость			68,44

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 картофельный с вермишелью на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 97,34 ккал	пор	
100	Котлеты рыбные Пищевая ценность: Белки - 16,13 г, Жиры - 4,84 г, Углеводы - 15,04 г, Калорийность - 170,08 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	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 - 33,89 г, Жиры - 21,3 г, Углеводы - 139,3 г, Калорийность - 888,78 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 50,38 г, Жиры - 31,86 г, Углеводы - 251,48 г, Калорийность - 1 496,94 ккал
-----------------	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

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

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11