



**Меню**  
**Понедельник 3 Старшие**

| Выход  | Название   | Ед. изм. | Цена          |
|--|--|----------|---------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |               |
| 200  | <b>Рожки отварные с сыром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,6 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал    | пор      |               |
| 200  | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал                | пор      |               |
| 40   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                 | пор      |               |
| 150  | <b>Фрукт (яблоко)</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал                  | пор      |               |
| <b>ИТОГО: 590 гр</b>   | <b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,09 г, Жиры - 13,57 г, Углеводы - 98,26 г, Калорийность - 597,23 ккал</b>                    |          |               |
| <b>Стоимость</b>   |  |          |               |
| <b>Обед</b>  |  |          |               |
| 100  | <b>Огурцы свежие порционные</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 1,9 г, Калорийность - 11 ккал           | пор      |               |
| 250  | <b>Суп с вермишелью на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 12,48 г, Калорийность - 86,78 ккал | пор      |               |
| 100  | <b>Котлеты рубленые из мяса</b><br>Пищевая ценность: Белки - 14,16 г, Жиры - 22,7 г, Углеводы - 14,16 г, Калорийность - 319,21 ккал  | пор      |               |
| 180  | <b>Каша гречневая вязкая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал      | пор      |               |
| 180  | <b>Компот из свежих яблок</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал        | пор      |               |
| 40   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                 | пор      |               |
| 40   | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал         | пор      |               |
| <b>ИТОГО: 890 гр</b>   | <b>Пищевая ценность обеда: Белки - 28,88 г, Жиры - 32,92 г, Углеводы - 108,23 г, Калорийность - 847,96 ккал</b>                      |          |               |
| <b>Стоимость</b>   |  |          |               |
| <b>Полдник</b>   |  |          |               |
| 150  | <b>Булочка домашняя</b><br>Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,14 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал        | пор      |               |
| 200  | <b>Снежок</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,4 г, Калорийность - 105 ккал                              | пор      |               |
| <b>ИТОГО: 350 гр</b>   | <b>Пищевая ценность полдника: Белки - 24,05 г, Жиры - 24,14 г, Углеводы - 125,85 г, Калорийность - 816,09 ккал</b>                   |          |               |
| <b>Стоимость</b>   |  |          | <b>235,70</b> |
| <b>ИТОГО: 1 830 гр</b> <b>Пищевая ценность дня: Белки - 72,02 г, Жиры - 70,62 г, Углеводы - 332,34 г, Калорийность - 2 261,28 ккал</b> |  |          |               |

Цены указаны с учетом НДС

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