



Меню  
Понедельник 0 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
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 лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
200	Сок 200 мл в инд.уп. Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
ИТОГО: 650 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,37 г, Жиры - 20,3 г, Углеводы - 104,93 г, Калорийность - 678,19 ккал		
<b>Стоимость</b>			

<b>Обед</b>			
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 с клецками на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 8,04 г, Жиры - 8,97 г, Углеводы - 24,69 г, Калорийность - 211,04 ккал	пор	
130	Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 31,57 г, Жиры - 17,94 г, Углеводы - 0,95 г, Калорийность - 299,65 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: 920 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 52,78 г, Жиры - 40,05 г, Углеводы - 137,86 г, Калорийность - 1 138,53 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>209,80</b>

ИТОГО: 1 570 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 71,15 г, Жиры - 60,35 г, Углеводы - 242,79 г, Калорийность - 1 816,72 ккал
-----------------	--

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / (Соколова С.В.)

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

Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню  
Вторник - 0 Старшие

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 молочная "Дружба"</b> Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,2 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,57 ккал	пор	
200	<b>Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"</b> Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 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 - 26,75 г, Жиры - 22,8 г, Углеводы - 87,39 г, Калорийность - 662,8 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
100	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
250	<b>Суп гороховый на курином бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 8,95 г, Жиры - 6,87 г, Углеводы - 18,86 г, Калорийность - 172,59 ккал	пор	
100	<b>Рыба запеченная</b> Пищевая ценность: Белки - 21,05 г, Жиры - 18,27 г, Углеводы - 4,2 г, Калорийность - 152,59 ккал	пор	
180	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 28,15 г, Калорийность - 171,36 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: 890 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 42,24 г, Жиры - 40,58 г, Углеводы - 111,25 г, Калорийность - 879,54 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>209,80</b>
<b>ИТОГО: 1 440 гр</b>			
<b>Пищевая ценность дня: Белки - 68,98 г, Жиры - 63,38 г, Углеводы - 198,64 г, Калорийность - 1 542,35 ккал</b>			

Зам. директора по производству \_\_\_\_\_ //Чернов Игорь Васильевич  
 Зав. производством: \_\_\_\_\_ // Соколов С.В.  
 Рук. производственного отдела \_\_\_\_\_ //Яушкина Марина Николаевна  
 Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ //Родина Валентина Федоровна  
 Телефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**  
**Среда - 0 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Салат из моркови с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал	пор	
200	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 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	
50	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 590 гр</b>		<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 42,63 г, Жиры - 44,92 г, Углеводы - 85,05 г, Калорийность - 913,34 ккал</b>	
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 8,28 г, Калорийность - 104,5 ккал	пор	
250	<b>Суп с вермишелью на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,48 г, Калорийность - 97,58 ккал	пор	
100	<b>Цыпленок запеченный (голень)</b> Пищевая ценность: Белки - 26 г, Жиры - 15,2 г, Углеводы - 0,54 г, Калорийность - 250,4 ккал	пор	
180	<b>Каша гречневая вязкая</b> Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 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: 890 гр</b>		<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 44,37 г, Жиры - 32,43 г, Углеводы - 103,75 г, Калорийность - 893,24 ккал</b>	
<b>Стоимость</b>			<b>209,80</b>
<b>ИТОГО: 1 480 гр</b>		<b>Пищевая ценность дня: Белки - 87 г, Жиры - 77,34 г, Углеводы - 188,8 г, Калорийность - 1 806,58 ккал</b>	

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / (Соловьева С.С.)

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

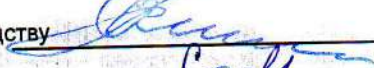
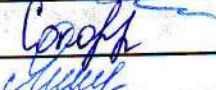


Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню  
Четверг - 0 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,6 г, Жиры - 2,61 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 34,4 ккал	пор	
250	<b>Каша рисовая молочная</b> Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 ккал	пор	
200	<b>Кофейный напиток</b> Пищевая ценность: Белки - 2,66 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 113,4 ккал	пор	
40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
150	<b>Фрукт (яблоко)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 650 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,52 г, Жиры - 13,39 г, Углеводы - 99,97 г, Калорийность - 587,39 ккал</b>		
<b>Стоимость</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 - 1,97 г, Жиры - 5,84 г, Углеводы - 12,45 г, Калорийность - 110,21 ккал	пор	
100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 12,47 г, Жиры - 19,73 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 282,78 ккал	пор	
180	<b>Пюре из бобовых с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 20,74 г, Жиры - 5,07 г, Углеводы - 43,36 г, Калорийность - 302,15 ккал	пор	
180	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 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: 890 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 43,3 г, Жиры - 37,43 г, Углеводы - 130,74 г, Калорийность - 1 036,91 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>209,80</b>
<b>ИТОГО: 1 540 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 58,82 г, Жиры - 50,82 г, Углеводы - 230,71 г, Калорийность - 1 624,3 ккал</b>		

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)  
 Зав. производством:  / (Сокколова С.В.)  
 Рук. производственного отдела  / (Яушкина Марина Николаевна)  
 Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)  
 Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню  
Пятница - 0 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
200	<b>Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком</b> Пищевая ценность: Белки - 26,94 г, Жиры - 15,21 г, Углеводы - 53,35 г, Калорийность - 463,62 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	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
200	<b>Сок 200 мл в инд.уп.</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 640 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 30,22 г, Жиры - 15,59 г, Углеводы - 108,59 г, Калорийность - 702,37 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свеклы отварной</b> Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	пор	
250	<b>Щи из свежей капусты на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,87 г, Углеводы - 11,79 г, Калорийность - 108,32 ккал	пор	
280	<b>Жаркое по-домашнему</b> Пищевая ценность: Белки - 23,6 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 39,86 г, Калорийность - 402,89 ккал	пор	
180	<b>Компот из свежих яблок</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 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: 890 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 33,67 г, Жиры - 28,9 г, Углеводы - 114,3 г, Калорийность - 857,69 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>209,80</b>
<b>ИТОГО: 1 530 гр</b> Пищевая ценность дня: Белки - 63,89 г, Жиры - 44,49 г, Углеводы - 222,9 г, Калорийность - 1 560,06 ккал			

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

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

Рук. производственного отдела  / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11