



Меню
Понедельник - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 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 - 51,94 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
ИТОГО: 540 гр		Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,19 г, Жиры - 22,01 г, Углеводы - 91,36 г, Калорийность - 655,68 ккал	
Стоимость			68,44

Обед			
50	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20 ккал	пор	
50	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,43 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 4,95 г, Калорийность - 28,9 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем Пищевая ценность: Белки - 1,94 г, Жиры - 5,82 г, Углеводы - 6,3 г, Калорийность - 109,34 ккал	пор	
100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 11,84 г, Жиры - 11,7 г, Углеводы - 4,03 г, Калорийность - 168,23 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 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 - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр		Пищевая ценность обеда: Белки - 27,8 г, Жиры - 24,14 г, Углеводы - 106,78 г, Калорийность - 783,47 ккал	
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 430,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 47,99 г, Жиры - 46,15 г, Углеводы - 198,14 г, Калорийность - 1 439,15 ккал
---------------------------	---

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: _____ / ()

Рук. производственного отдела  / (Яшкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Понедельник - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,7 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,6 г, Калорийность - 105,5 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,87 г, Жиры - 22,3 г, Углеводы - 81,51 г, Калорийность - 620,92 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
50	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20 ккал	пор	
50	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,43 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 4,95 г, Калорийность - 28,9 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем, 250 д Пищевая ценность: Белки - 1,83 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 5,16 г, Калорийность - 98,87 ккал	пор	
100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 11,84 г, Жиры - 11,7 г, Углеводы - 4,03 г, Калорийность - 168,23 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
180	Компот ассорти без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,58 г, Калорийность - 9,36 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,62 г, Жиры - 23,7 г, Углеводы - 92,47 г, Калорийность - 721,13 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 440,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 48,49 г, Жиры - 46 г, Углеводы - 173,98 г, Калорийность - 1 342,04 ккал
--------------------	---

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству _____ /Игорь Васильевич

Зав. производством: _____ /()

Рук. производственного отдела _____ /Марина Николаевна

Экономист-калькулятор _____ /Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Среда - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
200	Запеканка творожная Пищевая ценность: Белки - 27,34 г, Жиры - 21,66 г, Углеводы - 18,71 г, Калорийность - 384,46 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,12 г, Жиры - 22,84 г, Углеводы - 50,77 г, Калорийность - 539,44 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 4,15 г, Калорийность - 104,57 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты с картофелем Пищевая ценность: Белки - 2,06 г, Жиры - 5,86 г, Углеводы - 4,13 г, Калорийность - 108,99 ккал	пор	
130	Биточки мясные с томатным соусом паровые Пищевая ценность: Белки - 13,47 г, Жиры - 26,03 г, Углеводы - 10,18 г, Калорийность - 327,93 ккал	пор	
180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 7 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 49,48 г, Калорийность - 261,41 ккал	пор	
180	Компот из яблок без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,11 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 2,95 г, Калорийность - 12,65 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 920,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,11 г, Жиры - 44,29 г, Углеводы - 105,45 г, Калорийность - 984,35 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 510,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 61,23 г, Жиры - 67,12 г, Углеводы - 156,22 г, Калорийность - 1 523,78 ккал

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



Меню
Четверг - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
40	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,24 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 16 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 12,62 г, Жиры - 19,5 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 279,22 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
200	Кисель витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 24,18 г, Калорийность - 97,9 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
ИТОГО: 560 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,73 г, Жиры - 25,22 г, Углеводы - 98,74 г, Калорийность - 708,49 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из моркови с сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем Пищевая ценность: Белки - 1,94 г, Жиры - 5,82 г, Углеводы - 6,3 г, Калорийность - 109,34 ккал	пор	
250	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 18,34 г, Жиры - 21,18 г, Углеводы - 4,6 г, Калорийность - 379,44 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 - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 860,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,73 г, Жиры - 28,02 г, Углеводы - 70,82 г, Калорийность - 772,37 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 420,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,46 г, Жиры - 53,25 г, Углеводы - 169,56 г, Калорийность - 1 480,86 ккал
--------------------	--

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



Меню
Четверг - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
40	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,24 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 16 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы паровые Пищевая ценность: Белки - 17,82 г, Жиры - 19,35 г, Углеводы - 8,32 г, Калорийность - 276,19 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
55	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,07 г, Жиры - 0,72 г, Углеводы - 23,76 г, Калорийность - 116,05 ккал	пор	
ИТОГО: 575 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,2 г, Жиры - 25,49 г, Углеводы - 74,69 г, Калорийность - 635,29 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из моркови без сахара Пищевая ценность: Белки - 1,22 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 6,49 г, Калорийность - 86,84 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем, 250 д Пищевая ценность: Белки - 1,83 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 5,16 г, Калорийность - 98,87 ккал	пор	
250	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 18,34 г, Жиры - 21,18 г, Углеводы - 4,6 г, Калорийность - 379,44 ккал	пор	
180	Компот ассорти без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,58 г, Калорийность - 9,36 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 860,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,52 г, Жиры - 33,58 г, Углеводы - 51,38 г, Калорийность - 743,31 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 435,04 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 55,71 г, Жиры - 59,07 г, Углеводы - 126,07 г, Калорийность - 1 378,6 ккал

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: _____ /0

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

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

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Пятница - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
250	Каша пшённая молочная без сахара Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 48,63 г, Калорийность - 319,43 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 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: 640 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,81 г, Жиры - 10,04 г, Углеводы - 80,68 г, Калорийность - 474,41 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 5,24 г, Калорийность - 73,59 ккал	пор	
250	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 8,8 г, Калорийность - 97,65 ккал	пор	
100	Рыба припущенная Пищевая ценность: Белки - 19,16 г, Жиры - 1,09 г, Углеводы - 0,45 г, Калорийность - 88,68 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180	Компот из абрикосов без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 2,55 г, Калорийность - 11,95 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 710,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 35,24 г, Жиры - 15,3 г, Углеводы - 54,2 г, Калорийность - 612,03 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 350,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 50,04 г, Жиры - 25,34 г, Углеводы - 134,88 г, Калорийность - 1 086,43 ккал

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: _____ /()

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

Экономист-калькулятор В. Родина (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11