



Меню
Понедельник - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
250	Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 6,77 г, Жиры - 6,2 г, Углеводы - 33,46 г, Калорийность - 217,34 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	
50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 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 - 13,59 г, Жиры - 14,32 г, Углеводы - 89,31 г, Калорийность - 540,83 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,87 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 107,82 ккал	пор	
250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,87 г, Жиры - 24,1 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 482,81 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 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: 860 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,29 г, Жиры - 40,62 г, Углеводы - 123,71 г, Калорийность - 998,83 ккал		
Стоимость			84,90

ИТОГО: 1 410 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 44,88 г, Жиры - 54,94 г, Углеводы - 213,02 г, Калорийность - 1 539,66 ккал
------------------------	---

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
Вторник - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
250	Каша манная молочная Пищевая ценность: Белки - 5,35 г, Жиры - 4,44 г, Углеводы - 30,56 г, Калорийность - 184,31 ккал	пор	
200	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,46 г, Жиры - 2,25 г, Углеводы - 16,38 г, Калорийность - 95,61 ккал	пор	
50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,21 г, Жиры - 14,88 г, Углеводы - 104,58 г, Калорийность - 609,92 ккал		68,44
Стоимость			

Обед			
100	Салат из квашеной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,53 г, Жиры - 5,13 г, Углеводы - 4,05 г, Калорийность - 70,9 ккал	пор	
250	Суп гороховый на бульоне, 250 см оч Пищевая ценность: Белки - 9,62 г, Жиры - 6,89 г, Углеводы - 18,78 г, Калорийность - 174,89 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 15,44 г, Жиры - 10,66 г, Углеводы - 13,76 г, Калорийность - 214,03 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 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 - 37,17 г, Жиры - 29,12 г, Углеводы - 115,58 г, Калорийность - 877,88 ккал		84,90
Стоимость			

ИТОГО: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 52,39 г, Жиры - 43,99 г, Углеводы - 220,16 г, Калорийность - 1 487,8 ккал
------------------------	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Марина Николаевна (/)

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

Экономист-калькулятор Валентина Федоровна ((Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Среда - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
130	Тертели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 15,59 г, Жиры - 15,99 г, Углеводы - 15,67 г, Калорийность - 268,4 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	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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 - 24,45 г, Жиры - 21,45 г, Углеводы - 73,71 г, Калорийность - 585,72 ккал		68,44
Стоимость			
Обед			
100	Салат картофельный с морковью Пищевая ценность: Белки - 4,28 г, Жиры - 9,87 г, Углеводы - 10,19 г, Калорийность - 110,95 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 119,09 ккал	пор	
205	Пельмени Пищевая ценность: Белки - 16,04 г, Жиры - 35,63 г, Углеводы - 56,07 г, Калорийность - 613,05 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,16 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 16,89 г, Калорийность - 70,67 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: 835 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,55 г, Жиры - 49,2 г, Углеводы - 134,2 г, Калорийность - 1111,37 ккал		84,90
Стоимость			
ИТОГО: 1 385 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 56 г, Жиры - 70,65 г, Углеводы - 207,91 г, Калорийность - 1 697,09 ккал		

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



Меню
Четверг - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционное Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 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	
150	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
ИТОГО: 600 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 37,92 г, Жиры - 45,06 г, Углеводы - 52,34 г, Калорийность - 770,39 ккал		
Стоимость			68,44
Обед			
100	Салат из свеклы отварной Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	пор	
250	Рассольник московский на бульоне Пищевая ценность: Белки - 2,39 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 16,05 г, Калорийность - 121,36 ккал	пор	
250	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 17,91 г, Жиры - 21,22 г, Углеводы - 28,75 г, Калорийность - 375,93 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 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: 860 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,42 г, Жиры - 33,18 г, Углеводы - 110,51 г, Калорийность - 854,76 ккал		
Стоимость			84,90
ИТОГО: 1 460 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 66,34 г, Жиры - 78,23 г, Углеводы - 162,85 г, Калорийность - 1 625,14 ккал		

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Васи /0

Рук. производственного отдела Яшук (Яшук Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Родина (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Пятница - 1 с 11 лет и старше

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 рисовая молочная Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 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	
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 - 18,13 г, Жиры - 13,08 г, Углеводы - 98,53 г, Калорийность - 586,64 ккал		68,44
Стоимость			

Обед			
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 8,23 г, Калорийность - 104,23 ккал	пор	
250	Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 97,34 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 15,78 г, Жиры - 17,75 г, Углеводы - 14,28 г, Калорийность - 281,71 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 - 34,11 г, Жиры - 35,03 г, Углеводы - 111,17 г, Калорийность - 898,85 ккал		84,90
Стоимость			
ИТОГО: 1 440 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 52,24 г, Жиры - 48,11 г, Углеводы - 209,7 г, Калорийность - 1 485,49 ккал		

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

Зав. производством: Ирина /И/

Рук. производственного отдела Марина Николаевна (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Валентина Федоровна (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11