



Меню
Понедельник - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.
Завтрак		
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 - 12,59 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 - 53,3 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 - 18,36 г, Жиры - 20,3 г, Углеводы - 104,93 г, Калорийность - 676,74 ккал	

Стоимость

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 с картофелем на мясном бульоне Пищевая ценность: Белки - 2,06 г, Жиры - 5,86 г, Углеводы - 4,13 г, Калорийность - 108,99 ккал	пор
250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 21,3 г, Жиры - 24,08 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 483,94 ккал	пор
180	Компот из абрикосов 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 - 0,36 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 - 31,3 г, Жиры - 39,81 г, Углеводы - 112,92 г, Калорийность - 976,33 ккал	

Стоимость

ИТОГО: 1 510,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 49,66 г, Жиры - 60,11 г, Углеводы - 217,85 г, Калорийность - 1 653,06 ккал

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Яушкина Марина Николаевна / ()

Рук. производственного отдела Родина Валентина Федоровна / (Яушкина Марина Николаевна)

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

Телефон: 8 8342 54-66-11



Согласовано
Меню
Вторник - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Зефир, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 39,9 г, Калорийность - 163 ккал	пор	
250	Каша рисовая молочная Пищевая ценность: Белки - 7,09 г, Жиры - 7,85 г, Углеводы - 41,67 г, Калорийность - 266,69 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	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 - 13,48 г, Жиры - 10,96 г, Углеводы - 119,71 г, Калорийность - 632,82 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	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 8,8 г, Калорийность - 86,85 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	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180	Кисель витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 21,76 г, Калорийность - 88,11 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 - 25,81 г, Жиры - 33,46 г, Углеводы - 90,91 г, Калорийность - 883,61 ккал	
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 430,04 гр		Пищевая ценность дня: Белки - 39,29 г, Жиры - 44,42 г, Углеводы - 210,61 г, Калорийность - 1 516,43 ккал	

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству Игорь Чернов / (Чернов Игорь Васильевич)
 Зав. производством: Оксана / ()
 Рук. производственного отдела Марина Яушкина / (Яушкина Марина Николаевна)
 Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Среда - 1 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	
130	Тертели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,07 г, Жиры - 21,41 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 306,43 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 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 - 53,3 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: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,17 г, Жиры - 26,98 г, Углеводы - 73,92 г, Калорийность - 632,7 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 12,79 г, Калорийность - 111,68 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	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,76 г, Жиры - 22,55 г, Углеводы - 6,65 г, Калорийность - 381,23 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 - 28,81 г, Жиры - 35,46 г, Углеводы - 74,04 г, Калорийность - 832,29 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 450,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 52,98 г, Жиры - 62,44 г, Углеводы - 147,97 г, Калорийность - 1 464,99 ккал
--------------------	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Ирина /()

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

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

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Четверг - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.
Завтрак		
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
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 - 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 - 38,72 г, Жиры - 37,26 г, Углеводы - 49,2 г, Калорийность - 686,29 ккал	

Стоимость

Обед		
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 4,15 г, Калорийность - 104,57 ккал	пор
250	Рассольник московский на мясном бульоне Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,3 г, Углеводы - 10 г, Калорийность - 132,58 ккал	пор
100	Цыпленок запеченный Пищевая ценность: Белки - 21,98 г, Жиры - 23,53 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 298,48 ккал	пор
180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал	пор
180	Компот из абрикосов 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 - 0,36 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 - 42,6 г, Жиры - 41,42 г, Углеводы - 117,97 г, Калорийность - 1 052,67 ккал	

Стоимость

ИТОГО: 1 430,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 81,32 г, Жиры - 78,69 г, Углеводы - 167,17 г, Калорийность - 1 738,96 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
Пятница - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
250	Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 7,37 г, Жиры - 8,46 г, Углеводы - 40,56 г, Калорийность - 268,77 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	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 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 - 13,44 г, Жиры - 12,16 г, Углеводы - 93,24 г, Калорийность - 540,67 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 10,23 г, Калорийность - 93,54 ккал	пор	
250	Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 12,49 г, Калорийность - 149,13 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 14,15 г, Жиры - 22,44 г, Углеводы - 13,62 г, Калорийность - 312,21 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 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 - 33,45 г, Жиры - 39,18 г, Углеводы - 112,78 г, Калорийность - 961,05 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 530,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 46,89 г, Жиры - 51,34 г, Углеводы - 206,02 г, Калорийность - 1 501,72 ккал

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Ирина / ()

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

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11