



**Меню**  
**Понедельник - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
150	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 25,72 г, Жиры - 27,35 г, Углеводы - 4,57 г, Калорийность - 367,58 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 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	
150	<b>Фрукт, 1 шт</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 550 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 30,02 г, Жиры - 36,58 г, Углеводы - 38,79 г, Калорийность - 609,47 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,4 г, Углеводы - 5,4 г, Калорийность - 81,6 ккал	пор	
200	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне,</b> Пищевая ценность: Белки - 1,54 г, Жиры - 4,22 г, Углеводы - 9,16 г, Калорийность - 80,75 ккал	пор	
200	<b>Каша перловая с курицей</b> Пищевая ценность: Белки - 17,55 г, Жиры - 14,96 г, Углеводы - 38,68 г, Калорийность - 359,09 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов (гранулы)</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 700 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 25,21 г, Жиры - 26,56 г, Углеводы - 82,23 г, Калорийность - 676,84 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
100	<b>Пирожок с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 300 гр</b>	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 8,23 г, Жиры - 10,81 г, Углеводы - 51,14 г, Калорийность - 335,17 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

<b>ИТОГО: 1 550 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 63,46 г, Жиры - 73,95 г, Углеводы - 172,16 г, Калорийность - 1 621,48 ккал</b>		
------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / (Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)

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

Телефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**  
**Вторник - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
200	Каша пшённая молочная без сахара Пищевая ценность: Белки - 8,8 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 38,77 г, Калорийность - 254,86 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 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	
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,02 г, Жиры - 9,06 г, Углеводы - 72,86 г, Калорийность - 430,65 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	Салат из свеклы отварной Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 51,33 ккал	пор	
200	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне, Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,92 г, Калорийность - 65,49 ккал	пор	
90	Котлеты рубленые из мяса птицы паровые Пищевая ценность: Белки - 15,74 г, Жиры - 18,06 г, Углеводы - 7,73 г, Калорийность - 256,43 ккал	пор	
150	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал	пор	
180	Чай с лимоном без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,25 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,22 г, Калорийность - 3,22 ккал	пор	
60	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 26,68 г, Жиры - 29,19 г, Углеводы - 75,1 г, Калорийность - 672,05 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
100	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,84 г, Жиры - 10,7 г, Углеводы - 45,82 г, Калорийность - 315,02 ккал	пор	
200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,94 г, Жиры - 10,9 г, Углеводы - 70,22 г, Калорийность - 417,02 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

ИТОГО: 1 630 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,64 г, Жиры - 49,15 г, Углеводы - 218,18 г, Калорийность - 1 519,72 ккал		
-----------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / (Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)

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

Телефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**

**Среда - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
30	<b>Горошек зеленый отварной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12 ккал	пор	
120	<b>Тфтели мясные с томатным соусом на пару</b> Пищевая ценность: Белки - 14,02 г, Жиры - 22,29 г, Углеводы - 5,69 г, Калорийность - 278,78 ккал	пор	
150	<b>Каша гречневая вязкая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,27 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,23 г, Калорийность - 3,38 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: 540 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,31 г, Жиры - 27,85 г, Углеводы - 48,37 г, Калорийность - 538,17 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 4,09 г, Углеводы - 3,99 г, Калорийность - 55,84 ккал	пор	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне,</b> Пищевая ценность: Белки - 1,43 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 8,58 г, Калорийность - 77,63 ккал	пор	
200	<b>Жаркое по-домашнему</b> Пищевая ценность: Белки - 14,33 г, Жиры - 16,97 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 300,73 ккал	пор	
180	<b>Компот из свежих яблок без сахара, 180 д</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 3,53 г, Калорийность - 16,92 ккал	пор	
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 700 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 21,56 г, Жиры - 27,37 г, Углеводы - 68,09 г, Калорийность - 606,52 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
150	<b>Фрукт, 1 шт</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 350 гр</b>	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 0,82 г, Жиры - 0,66 г, Углеводы - 14,78 г, Калорийность - 72,18 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

<b>ИТОГО: 1 590 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 45,69 г, Жиры - 55,88 г, Углеводы - 131,23 г, Калорийность - 1 216,88 ккал</b>		
------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ( ) *Родина*

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

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

Телефон: 8 8342 54-66-11





**Меню**

**Пятница - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200	Каша пшённная молочная без сахара Пищевая ценность: Белки - 8,8 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 38,77 г, Калорийность - 254,86 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
ИТОГО: 470 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,47 г, Жиры - 14,01 г, Углеводы - 62,99 г, Калорийность - 454,85 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 3,15 г, Калорийность - 44,1 ккал	пор	
200	Суп картофельный с горохом на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,03 г, Калорийность - 129,12 ккал	пор	
90	Котлеты рубленые из мяса паровые Пищевая ценность: Белки - 11,95 г, Жиры - 21,43 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 274,43 ккал	пор	
150	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал	пор	
180	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,52 ккал	пор	
60	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,81 г, Жиры - 36,08 г, Углеводы - 76,85 г, Калорийность - 744,97 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
100	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 48,47 г, Калорийность - 324,99 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,85 г, Жиры - 10,83 г, Углеводы - 48,55 г, Калорийность - 326,67 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

ИТОГО: 1 510 гр Пищевая ценность дня: Белки - 55,13 г, Жиры - 60,92 г, Углеводы - 188,39 г, Калорийность - 1 526,49 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

Понедельник - 2 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
180	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 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: 580 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,76 г, Жиры - 13,3 г, Углеводы - 84,82 г, Калорийность - 540,44 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,86 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 3,9 г, Калорийность - 24 ккал	пор	
200	Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне, Пищевая ценность: Белки - 1,43 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 8,58 г, Калорийность - 77,63 ккал	пор	
90	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 14,61 г, Жиры - 11,27 г, Углеводы - 3,46 г, Калорийность - 176,21 ккал	пор	
150	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 3,74 г, Жиры - 3,43 г, Углеводы - 39,27 г, Калорийность - 202,93 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	
60	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 26,95 г, Жиры - 21,04 г, Углеводы - 84,77 г, Калорийность - 645,53 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
100	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,84 г, Жиры - 10,7 г, Углеводы - 45,82 г, Калорийность - 315,02 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,06 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 316,7 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

ИТОГО: 1 620 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 54,77 г, Жиры - 45,1 г, Углеводы - 215,49 г, Калорийность - 1 502,67 ккал		
-----------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Юлия Яковлева / (Яковлева Юлия)

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

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**

**Вторник - 2 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
20	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200	<b>Каша пшённая молочная без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 8,8 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 38,77 г, Калорийность - 254,86 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
ИТОГО: 470 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,47 г, Жиры - 14,01 г, Углеводы - 62,99 г, Калорийность - 454,85 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы с яблоками</b> Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,1 г, Углеводы - 5,08 г, Калорийность - 60,23 ккал	пор	
200	<b>Суп картофельный с горохом на курином бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,03 г, Калорийность - 129,12 ккал	пор	
90	<b>Шницель рубленый из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 16,37 г, Жиры - 18,59 г, Углеводы - 11,62 г, Калорийность - 280,26 ккал	пор	
150	<b>Каша гречневая вязкая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал	пор	
180	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,52 ккал	пор	
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,04 г, Жиры - 34,27 г, Углеводы - 81,95 г, Калорийность - 766,93 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
200	<b>Бифилайф</b> Пищевая ценность: Белки - 11,2 г, Жиры - 12,8 г, Углеводы - 34,4 г, Калорийность - 246 ккал	пор	
100	<b>Крендель сахарный</b> Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 21,76 г, Жиры - 26,48 г, Углеводы - 102,32 г, Калорийность - 682,57 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

ИТОГО: 1 510 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 72,26 г, Жиры - 74,76 г, Углеводы - 247,26 г, Калорийность - 1 904,34 ккал		
-----------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Марина Яушкина / (Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**  
**Среда - 2 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Фрукт, 1 шт</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
150	<b>Запеканка творожная</b> Пищевая ценность: Белки - 23,5 г, Жиры - 12,14 г, Углеводы - 14,2 г, Калорийность - 264,83 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,27 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,23 г, Калорийность - 3,38 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	
ИТОГО: 540 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 27,76 г, Жиры - 14,12 г, Углеводы - 48,45 г, Калорийность - 442,32 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,89 г, Калорийность - 60,47 ккал	пор	
60	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 1,54 г, Жиры - 4,22 г, Углеводы - 9,16 г, Калорийность - 80,75 ккал	пор	
120	<b>Биточки мясные с томатным соусом паровые</b> Пищевая ценность: Белки - 12,03 г, Жиры - 24,12 г, Углеводы - 9,65 г, Калорийность - 303,46 ккал	пор	
150	<b>Рожки отварные</b> Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,66 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал	пор	
180	<b>Компот из свежих яблок без сахара, 180 д</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 3,53 г, Калорийность - 16,92 ккал	пор	
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
ИТОГО: 570 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 26,14 г, Жиры - 38,22 г, Углеводы - 97,15 г, Калорийность - 839,49 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
100	<b>Тирожок с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,23 г, Жиры - 10,81 г, Углеводы - 51,14 г, Калорийность - 335,17 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>

ИТОГО: 1 410 гр Пищевая ценность дня: Белки - 62,14 г, Жиры - 63,14 г, Углеводы - 196,75 г, Калорийность - 1 616,97 ккал

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / (Тюшина)

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

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

Телефон: 8 8342 54-66-11





Меню  
Четверг - 2 Младшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
30	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 0,51 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 40,8 ккал	пор	
90	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы паровые</b> Пищевая ценность: Белки - 15,6 г, Жиры - 17,66 г, Углеводы - 7,87 г, Калорийность - 252,59 ккал	пор	
150	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
45	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,83 г, Жиры - 1,49 г, Углеводы - 21,74 г, Калорийность - 116,55 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 515 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,4 г, Жиры - 25,74 г, Углеводы - 55,54 г, Калорийность - 551,81 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови</b> Пищевая ценность: Белки - 0,74 г, Жиры - 4,05 г, Углеводы - 3,93 г, Калорийность - 55,91 ккал	пор	
200	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне,</b> Пищевая ценность: Белки - 1,43 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 8,58 г, Калорийность - 77,63 ккал	пор	
200	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 18 г, Жиры - 11,69 г, Углеводы - 42,27 г, Калорийность - 349,33 ккал	пор	
180	<b>Компот ассорти без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,58 г, Калорийность - 9,36 ккал	пор	
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 700 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 25,47 г, Жиры - 21,96 г, Углеводы - 84,34 г, Калорийность - 647,63 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>
<b>Полдник</b>			
150	<b>Фрукт, 1 шт</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 350 гр</b>	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 0,82 г, Жиры - 0,66 г, Углеводы - 14,78 г, Калорийность - 72,18 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>
<b>ИТОГО: 1 565 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 49,69 г, Жиры - 48,35 г, Углеводы - 154,66 г, Калорийность - 1 271,62 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



**Меню**  
**Пятница - 2 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
200	Каша пшённая молочная без сахара Пищевая ценность: Белки - 8,8 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 38,77 г, Калорийность - 254,86 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 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	
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,02 г, Жиры - 9,06 г, Углеводы - 72,86 г, Калорийность - 430,65 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>
<b>Обед</b>			
60	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 3,15 г, Калорийность - 44,1 ккал	пор	
200	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне, Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,92 г, Калорийность - 76,29 ккал	пор	
90	Котлеты рыбные паровые Пищевая ценность: Белки - 13,88 г, Жиры - 4,49 г, Углеводы - 9,32 г, Калорийность - 133,71 ккал	пор	
150	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 3,74 г, Жиры - 3,43 г, Углеводы - 39,27 г, Калорийность - 202,93 ккал	пор	
180	Чай с лимоном без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,25 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,22 г, Калорийность - 3,22 ккал	пор	
60	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,1 г, Жиры - 1,98 г, Углеводы - 28,98 г, Калорийность - 155,4 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,01 г, Жиры - 15,29 г, Углеводы - 90,86 г, Калорийность - 615,65 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>
<b>Полдник</b>			
200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
100	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 48,47 г, Калорийность - 324,99 ккал	пор	
ИТОГО: 300 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,73 г, Жиры - 10,97 г, Углеводы - 72,87 г, Калорийность - 426,99 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>
ИТОГО: 1 630 гр Пищевая ценность дня: Белки - 50,76 г, Жиры - 35,32 г, Углеводы - 236,59 г, Калорийность - 1 473,28 ккал			

Цены указаны с учетом НДС

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

Зав. производством: Жукова / (Жукова)

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

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

Телефон: 8 8342 54-66-11