

твенностью "Внешни  
...ответственности...  
...131327001666...  
...для...  
...документов...  
...ИНН 131327001666...  
...Саранск...  
...Республика...  
...П...

Data:

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Общество с ограниченной  
ответственностью "Внешний ресурс"

Согласовано



Меню  
Вторник - 1

Дата:



| Наименование (ккал)                                                                            | с 7 до 11 лет | с 12 лет и старше |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------|
|                                                                                                | Выход         | Выход             |
| <b>Завтрак</b>                                                                                 |               |                   |
| Масло (порциями)<br>(б-0,1;ж-7,3;у-0,1;ккал-66,1)                                              | 10            | 10                |
| Печенье<br>(б-3,1;ж-6,2;у-27,7;ккал-176)                                                       | 40            | 40                |
| Каша «Дружба»<br>(/б-6,9;ж-6,5;у-39,4;ккал-244,8/б-8,7;ж-8,1;у-49,3;ккал-306)                  | 200           | 250               |
| Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"<br>(б-2,5;ж-2,3;у-16,4;ккал-95,6)    | 200           | 200               |
| Батон<br>(б-3,5;ж-0,5;у-23;ккал-110)                                                           | 50            | 50                |
| <b>Обед</b>                                                                                    |               |                   |
| Огурцы свежие<br>(/б-0,4;ж-0,1;у-1,1;ккал-6,6/б-0,7;ж-0,1;у-1,9;ккал-11)                       | 60            | 100               |
| Суп картофельный с вермишелью<br>(/б-2,6;ж-4,4;у-18,3;ккал-123,3/б-3,2;ж-5,5;у-22,9;ккал-154)  | 200           | 250               |
| Шницель рубленый куриный<br>(/б-13,3;ж-13,3;у-11,9;ккал-221,5/б-14,7;ж-14,8;у-13,2;ккал-246,1) | 90            | 100               |
| Картофельное пюре<br>(/б-3,2;ж-3,3;у-22;ккал-130,8/б-3,9;ж-3,9;у-26,4;ккал-156,9)              | 150           | 180               |
| Отвар из шиповника<br>(б-0,5;ж-0,2;у-19,5;ккал-91,2)                                           | 180           | 180               |
| Хлеб пшеничный<br>(/б-1,5;ж-0,2;у-9,8;ккал-47/б-2,3;ж-0,2;у-14,8;ккал-70,5)                    | 20            | 30                |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>(/б-1,7;ж-0,7;у-9,7;ккал-51,8/б-2,6;ж-1;у-14,5;ккал-77,7)              | 20            | 30                |
| <b>Стоимость</b>                                                                               | <b>261,87</b> | <b>307,8</b>      |

Зав.производством: \_\_\_\_\_



Меню  
Среда - 1

Дата:



| Наименование (ккал)                                                                                        | с 7 до 11 лет | с 12 лет и старше |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------|
|                                                                                                            | Выход         | Выход             |
| <b>Завтрак</b>                                                                                             |               |                   |
| Запеканка рисовая с творогом и изюмом<br>(/6-15,6;ж-9,5;γ-68,6;ккал-426,2/6-19,5;ж-11,9;γ-85,8;ккал-532,7) | 200           | 250               |
| Джем (повидло)<br>(/6-0,1;ж-0;γ-19,5;ккал-75/6-0,1;ж-0;γ-19,5;ккал-75)                                     | 30            | 30                |
| Чай с лимоном и с сахаром<br>(/6-0,2;ж-0;γ-10,1;ккал-42,3/6-0,2;ж-0;γ-10,1;ккал-42,3)                      | 200           | 200               |
| Хлеб пшеничный<br>(6-3;ж-0,3;γ-19,7;ккал-94)                                                               | 40            | 40                |
| Батон<br>(6-2,1;ж-0,3;γ-13,8;ккал-66)                                                                      | 30            | 30                |
| <b>Обед</b>                                                                                                |               |                   |
| Помидоры свежие<br>(/6-0,7;ж-0,1;γ-2,3;ккал-14,4/6-1,1;ж-0,2;γ-3,8;ккал-24)                                | 60            | 100               |
| Щи «Новгородские»<br>(/6-1,5;ж-2,3;γ-6,7;ккал-53,8/6-1,9;ж-2,8;γ-8,4;ккал-67,3)                            | 200           | 250               |
| Котлеты рубленые из птицы<br>(/6-13,7;ж-16;γ-13,6;ккал-255,3/6-15,2;ж-18,4;γ-15,1;ккал-288,6)              | 90            | 100               |
| Пюре из бобовых<br>(/6-16,8;ж-4,4;γ-35,1;ккал-247,3/6-20,1;ж-5,3;γ-42,1;ккал-296,7)                        | 150           | 180               |
| Компот из сухофруктов<br>(/6-0,1;ж-0;γ-9,9;ккал-40/6-0,1;ж-0;γ-9,9;ккал-40)                                | 180           | 180               |
| Хлеб пшеничный<br>(/6-1,5;ж-0,2;γ-9,8;ккал-47/6-2,3;ж-0,2;γ-14,8;ккал-70,5)                                | 20            | 30                |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>(/6-1,7;ж-0,7;γ-9,7;ккал-51,8/6-2,6;ж-1;γ-14,5;ккал-77,7)                          | 20            | 30                |
| <b>Стоимость</b>                                                                                           | <b>261,87</b> | <b>307,8</b>      |

Зав.производством: \_\_\_\_\_



Меню  
Четверг - 1

Дата:

| Наименование (ккал)                                                                                   | с 7 до 11 лет | с 12 лет и старше |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------|
|                                                                                                       | Выход         | Выход             |
| <b>Завтрак</b>                                                                                        |               |                   |
| Масло (порциями)<br>(б-0,1;ж-7,3;у-0,1;ккал-66,1)                                                     | 10            | 10                |
| Каша рисовая молочная<br>(/б-6;ж-5,8;у-43,7;ккал-252,2/б-7,6;ж-7,3;у-54,6;ккал-315,3)                 | 200           | 250               |
| Чай с сахаром<br>(б-0,2;ж-0,1;у-10;ккал-41,4)                                                         | 200           | 200               |
| Хлеб пшеничный<br>(б-3,8;ж-0,4;у-24,6;ккал-117,5)                                                     | 50            | 50                |
| Батон<br>(б-2,8;ж-0,4;у-18,4;ккал-88)                                                                 | 40            | 40                |
| <b>Обед</b>                                                                                           |               |                   |
| Овощи в ассортименте (огурцы, помидоры)<br>(/б-0,5;ж-0,1;у-1,7;ккал-10,5/б-0,9;ж-0,2;у-2,9;ккал-17,5) | 60            | 100               |
| Рассольник «Ленинградский»<br>(/б-2,5;ж-2,6;у-17,8;ккал-105/б-3,2;ж-3,2;у-22,2;ккал-131,2)            | 200           | 250               |
| Гуляш из мяса птицы<br>(/б-8,7;ж-9,2;у-2,8;ккал-128,5/б-9,6;ж-10,3;у-3,1;ккал-142,8)                  | 90            | 100               |
| Гречка отварная рассыпчатая<br>(/б-6,6;ж-2,8;у-30;ккал-171,6/б-8;ж-3,4;у-36;ккал-205,9)               | 150           | 180               |
| Напиток яблочный<br>(б-0,1;ж-0,1;у-19,3;ккал-78,3)                                                    | 180           | 180               |
| Хлеб пшеничный<br>(/б-1,5;ж-0,2;у-9,8;ккал-47/б-2,3;ж-0,2;у-14,8;ккал-70,5)                           | 20            | 30                |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>(/б-1,7;ж-0,7;у-9,7;ккал-51,8/б-2,6;ж-1;у-14,5;ккал-77,7)                     | 20            | 30                |
| <b>Стоимость</b>                                                                                      | <b>261,87</b> | <b>307,8</b>      |

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Общество с ограниченной  
ответственностью "Внешний ресурс"

Согласовано



Меню  
Пятница - 1

Дата:

| Наименование (ккал)                                                                           | с 7 до 11 лет | с 12 лет и старше |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------|
|                                                                                               | Выход         | Выход             |
| <b>Завтрак</b>                                                                                |               |                   |
| Икра из кабачков<br>(6-0,5;ж-2,7;у-2,7;ккал-40,8)                                             | 30            | 30                |
| Биточки рубленые куриные<br>(/6-13,9;ж-13,9;у-12,9;ккал-233,1/6-15,4;ж-15,4;у-14,4;ккал-259)  | 90            | 100               |
| Макаронные изделия отварные<br>(/6-5,5;ж-2,8;у-35,3;ккал-188,7/6-6,6;ж-3,4;у-42,3;ккал-226,4) | 150           | 180               |
| Чай с сахаром<br>(6-0,2;ж-0,1;у-10;ккал-41,4)                                                 | 200           | 200               |
| Хлеб пшеничный<br>(6-3;ж-0,3;у-19,7;ккал-94)                                                  | 40            | 40                |
| <b>Обед</b>                                                                                   |               |                   |
| Огурцы свежие<br>(/6-0,4;ж-0,1;у-1,1;ккал-6,6/6-0,7;ж-0,1;у-1,9;ккал-11)                      | 60            | 100               |
| Суп картофельный с рисом<br>(/6-1,3;ж-4,2;у-11,6;ккал-89,3/6-1,7;ж-5,2;у-14,5;ккал-111,7)     | 200           | 250               |
| Рыба, тушенная с овощами<br>(/6-12,1;ж-12,1;у-4,2;ккал-151,4/6-13,4;ж-13,4;у-4,7;ккал-168,2)  | 90            | 100               |
| Картофельное пюре<br>(/6-3,2;ж-3,3;у-22;ккал-130,8/6-3,9;ж-3,9;у-26,4;ккал-156,9)             | 150           | 180               |
| Кисель плодово-ягодный<br>(/6-0;ж-0;у-21,8;ккал-88,1/6-0;ж-0;у-21,8;ккал-88,1)                | 180           | 180               |
| Хлеб пшеничный<br>(/6-1,5;ж-0,2;у-9,8;ккал-47/6-2,3;ж-0,2;у-14,8;ккал-70,5)                   | 20            | 30                |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>(/6-1,7;ж-0,7;у-9,7;ккал-51,8/6-2,6;ж-1;у-14,5;ккал-77,7)             | 20            | 30                |
| <b>Стоимость</b>                                                                              | <b>261,87</b> | <b>307,8</b>      |

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Общество с ограниченной  
ответственностью "Внешний ресурс"

Согласовано



**Меню**  
**Суббота - 1**

Дата:

| Наименование (ккал) | с 7 до 11 лет | с 12 лет и старше |
|---------------------|---------------|-------------------|
|                     | Выход         | Выход             |

**Завтрак**

|                                                                                         |     |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| Сыр полутвердый<br>(/б-2,6;ж-2,6;у-0;ккал-34,4/б-2,6;ж-2,6;у-0;ккал-34,4)               | 10  | 10  |
| Суп молочный с вермишелью<br>(/б-5,6;ж-5,1;у-18,8;ккал-144,8/б-7;ж-6,4;у-23,4;ккал-181) | 200 | 250 |
| Чай с лимоном и с сахаром<br>(/б-0,2;ж-0;у-10,1;ккал-42,3/б-0,2;ж-0;у-10,1;ккал-42,3)   | 200 | 200 |
| Батон<br>(б-2,8;ж-0,4;у-18,4;ккал-88)                                                   | 40  | 40  |
| Сок 200 мл в инд.уп.<br>(/б-0;ж-0;у-22,4;ккал-90/б-0;ж-0;у-22,4;ккал-90)                | 200 | 200 |

**Обед**

|                                                                                          |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|
| Помидоры свежие<br>(/б-0,7;ж-0,1;у-2,3;ккал-14,4/б-1,1;ж-0,2;у-3,8;ккал-24)              | 60            | 100          |
| Борщ с капустой и картофелем<br>(/б-1,6;ж-2,7;у-10,1;ккал-71/б-2;ж-3,4;у-12,6;ккал-88,8) | 200           | 250          |
| «Ежики» куриные<br>(/б-11,9;ж-15,6;у-10,6;ккал-229,7/б-13,2;ж-17,3;у-11,8;ккал-255,2)    | 90            | 100          |
| Гречка отварная рассыпчатая<br>(/б-6,6;ж-2,8;у-30;ккал-171,6/б-8;ж-3,4;у-36;ккал-205,9)  | 150           | 180          |
| Компот из сухофруктов<br>(/б-0,1;ж-0;у-9,9;ккал-40/б-0,1;ж-0;у-9,9;ккал-40)              | 180           | 180          |
| Хлеб пшеничный<br>(/б-1,5;ж-0,2;у-9,8;ккал-47/б-2,3;ж-0,2;у-14,8;ккал-70,5)              | 20            | 30           |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>(/б-1,7;ж-0,7;у-9,7;ккал-51,8/б-2,6;ж-1;у-14,5;ккал-77,7)        | 20            | 30           |
| <b>Стоимость</b>                                                                         | <b>261,87</b> | <b>307,8</b> |

Зав.производством: \_\_\_\_\_