



**Меню**  
**Понедельник - 2 с 11 лет и старше**

| Выход                | Название  | Ед. изм.  | Цена         |
|----------------------|---|---|--------------|
| <b>Завтрак</b>       |   |   |              |
| 200                  | <b>Рожки отварные с сыром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,6 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал | пор   |              |
| 200                  | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал             | пор   |              |
| 40                   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал              | пор   |              |
| 150                  | <b>Фрукт (яблоко)</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал               | пор   |              |
| <b>ИТОГО: 590 гр</b> |   | <b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,09 г, Жиры - 13,57 г, Углеводы - 98,26 г, Калорийность - 597,23 ккал</b> |              |
| <b>Стоимость</b>     |   |   | <b>68,44</b> |

|                      |  |   |              |
|----------------------|--|---|--------------|
| <b>Обед</b>          |  |   |              |
| 100                  | <b>Салат из квашеной капусты</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,53 г, Жиры - 5,13 г, Углеводы - 4,05 г, Калорийность - 70,9 ккал                     | пор   |              |
| 250                  | <b>Суп гороховый на бульоне, 250 с/н оч</b><br>Пищевая ценность: Белки - 9,62 г, Жиры - 6,89 г, Углеводы - 18,78 г, Калорийность - 174,89 ккал       | пор   |              |
| 130                  | <b>Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе</b><br>Пищевая ценность: Белки - 35,69 г, Жиры - 6,91 г, Углеводы - 1,55 г, Калорийность - 211,15 ккал | пор   |              |
| 180                  | <b>Каша рисовая рассыпчатая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал                   | пор   |              |
| 180                  | <b>Компот ассорти</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал                               | пор   |              |
| 40                   | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                 | пор   |              |
| 40                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                         | пор   |              |
| <b>ИТОГО: 920 гр</b> |  | <b>Пищевая ценность обеда: Белки - 58,32 г, Жиры - 25,91 г, Углеводы - 115,87 г, Калорийность - 938,76 ккал</b> |              |
| <b>Стоимость</b>     |  |   | <b>84,90</b> |

**ИТОГО: 1 510 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 77,41 г, Жиры - 39,48 г, Углеводы - 214,14 г, Калорийность - 1 535,99 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 - 2 с 11 лет и старше



| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 200              | <b>Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком</b><br>Пищевая ценность: Белки - 26,94 г, Жиры - 15,21 г, Углеводы - 53,35 г, Калорийность - 463,62 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Кофейный напиток</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,22 г, Жиры - 2,25 г, Углеводы - 16,32 г, Калорийность - 94,5 ккал                                     | пор      |              |
| 200              | <b>Сок 200 мл в инд.уп.</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал  | пор      |              |
| 40               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал   | пор      |              |
| ИТОГО: 640 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,96 г, Жиры - 17,86 г, Углеводы - 110,47 г, Калорийность - 736,12 ккал  |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>68,44</b> |

|                  |   |     |              |
|------------------|---|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |   |     |              |
| 100              | <b>Салат картофельный с зеленым горошком</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,78 г, Жиры - 6,93 г, Углеводы - 9,96 г, Калорийность - 109,76 ккал          | пор |              |
| 250              | <b>Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 119,09 ккал | пор |              |
| 100              | <b>Шницель рубленый из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 20,9 г, Жиры - 5,96 г, Углеводы - 12,24 г, Калорийность - 187,66 ккал                | пор |              |
| 180              | <b>Каша гречневая вязкая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал                         | пор |              |
| 180              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал                                    | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                    | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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 - 39,53 г, Жиры - 25,57 г, Углеводы - 110,48 г, Калорийность - 832,08 ккал  |     |              |
| <b>Стоимость</b> |   |     | <b>84,90</b> |

|                 |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 530 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 71,49 г, Жиры - 43,43 г, Углеводы - 220,95 г, Калорийность - 1 568,21 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**  
**Среда - 2 с 11 лет и старше**

| Выход            | Название  | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|---|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |   |          |              |
| 10               | <b>Масло порционно</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал          | пор      |              |
| 250              | <b>Каша пшѐнная молочная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 7,09 г, Жиры - 5,43 г, Углеводы - 34,52 г, Калорийность - 216,03 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал           | пор      |              |
| 50               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал                         | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>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 - 13,91 г, Жиры - 13,55 г, Углеводы - 90,37 г, Калорийность - 539,51 ккал                      |          |              |
| <b>Стоимость</b> |   |          | <b>68,44</b> |

|                  |  |     |              |
|------------------|--|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |  |     |              |
| 100              | <b>Салат из свеклы отварной</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал             | пор |              |
| 250              | <b>Суп картофельный с крупой</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,58 г, Жиры - 2,92 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 104,7 ккал            | пор |              |
| 130              | <b>Биточки мясные с томатным соусом</b><br>Пищевая ценность: Белки - 16,12 г, Жиры - 22,78 г, Углеводы - 16,26 г, Калорийность - 336,03 ккал | пор |              |
| 180              | <b>Рожки отварные</b><br>Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал                     | пор |              |
| 180              | <b>Компот из свежих яблок</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 ккал                | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                         | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                 | пор |              |
| ИТОГО: 920 гр    | Пищевая ценность обеда: Белки - 36,46 г, Жиры - 37,11 г, Углеводы - 143,52 г, Калорийность - 1 056,85 ккал                                   |     |              |
| <b>Стоимость</b> |  |     | <b>84,90</b> |

|                 |   |
|-----------------|---|
| ИТОГО: 1 470 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 50,37 г, Жиры - 50,66 г, Углеводы - 233,9 г, Калорийность - 1 596,37 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**  
**Четверг - 2 с 11 лет и старше**

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 30               | <b>Горошек зеленый отварной</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12 ккал              | пор      |              |
| 100              | <b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 15,44 г, Жиры - 10,66 г, Углеводы - 13,76 г, Калорийность - 214,03 ккал | пор      |              |
| 180              | <b>Каша рисовая рассыпчатая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал         | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал                      | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>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 - 16,38 г, Углеводы - 88,37 г, Калорийность - 600,39 ккал                                 |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>68,44</b> |

|                  |   |     |              |
|------------------|---|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |   |     |              |
| 100              | <b>Огурцы солёные порционные</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,8 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 1,7 г, Калорийность - 13 ккал               | пор |              |
| 250              | <b>Щи из свежей капусты на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,87 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 107,82 ккал | пор |              |
| 250              | <b>Рагу овощное из птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 19,28 г, Жиры - 22,6 г, Углеводы - 24,76 г, Калорийность - 378,07 ккал          | пор |              |
| 180              | <b>Компот из сухофруктов</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал                | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                      | пор |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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 - 28,8 г, Жиры - 30,21 г, Углеводы - 95,41 г, Калорийность - 771,09 ккал                                    |     |              |
| <b>Стоимость</b> |   |     | <b>84,90</b> |

|                 |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 410 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 53,26 г, Жиры - 46,58 г, Углеводы - 183,78 г, Калорийность - 1 371,48 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**  
**Пятница - 2 с 11 лет и старше**

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 50               | <b>Яйцо отварное</b><br>Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал                   | пор      |              |
| 250              | <b>Каша молочная "Дружба"</b><br>Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,2 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,57 ккал      | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с лимоном</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал               | пор      |              |
| 50               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал                 | пор      |              |
| ИТОГО: 550 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,03 г, Жиры - 20,16 г, Углеводы - 80,89 г, Калорийность - 602,82 ккал                           |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>68,44</b> |
| <b>Обед</b>      |  |          |              |
| 100              | <b>Икра овощная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал                          | пор      |              |
| 250              | <b>Суп с вермишелью на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 97,34 ккал | пор      |              |
| 130              | <b>Рыба, тушенная с овощами</b><br>Пищевая ценность: Белки - 21,54 г, Жиры - 18,78 г, Углеводы - 1,48 г, Калорийность - 220,84 ккал  | пор      |              |
| 180              | <b>Картофельное пюре</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал           | пор      |              |
| 180              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал                 | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                 | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал         | пор      |              |
| ИТОГО: 920 гр    | Пищевая ценность обеда: Белки - 38,33 г, Жиры - 37,54 г, Углеводы - 101,77 г, Калорийность - 870,87 ккал                             |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>84,90</b> |
| ИТОГО: 1 470 гр  | Пищевая ценность дня: Белки - 62,36 г, Жиры - 57,7 г, Углеводы - 182,67 г, Калорийность - 1 473,69 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