




D  
1

**Меню**  
**Четверг - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Салат из моркови без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 1,22 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 6,49 г, Калорийность - 86,84 ккал	пор	
200	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,7 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,6 г, Калорийность - 105,5 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 39,38 г, Жиры - 43,55 г, Углеводы - 34,23 г, Калорийность - 684,82 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,-44</b>
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 3,47 г, Калорийность - 65,24 ккал	пор	
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> Пищевая ценность: Белки - 1,83 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 28,72 г, Калорийность - 98,87 ккал	пор	
100	<b>Куры отварные</b> Пищевая ценность: Белки - 26,37 г, Жиры - 25,94 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 335,58 ккал	пор	
180	<b>Рожки отварные</b> Пищевая ценность: Белки - 7 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 49,48 г, Калорийность - 261,41 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 9,13 г, Калорийность - 40,86 ккал	пор	
80	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	<b>Кислота аскорбиновая, 35 мг</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 42,76 г, Жиры - 41,58 г, Углеводы - 125,36 г, Калорийность - 970,76 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,-93</b>
ИТОГО: 1 440,04 гр   Пищевая ценность дня: Белки - 82,14 г, Жиры - 85,13 г, Углеводы - 159,59 г, Калорийность - 1 655,57 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