



0  
2  
11

**Меню**  
**Понедельник - 2 с 7 до 11 лет**

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	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
ИТОГО: 420 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,31 г, Жиры - 12,37 г, Углеводы - 65,29 г, Калорийность - 444,04 ккал		63,72
<b>Стоимость</b>			

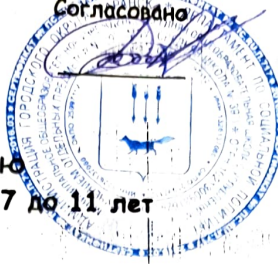
<b>Промежуточное питание</b>			
150	Фрукты (яблоки зеленые) Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
10	Орех грецкий Пищевая ценность: Белки - 1,62 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 1,11 г, Калорийность - 65,6 ккал	пор	
10	Сухофрукты (курага) Пищевая ценность: Белки - 0,52 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 23,2 ккал	пор	
ИТОГО: 170 гр	Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,8 г, Жиры - 6,4 г, Углеводы - 26,63 г, Калорийность - 175,8 ккал		
<b>Стоимость</b>			

<b>Обед</b>			
60	Салат из моркови Пищевая ценность: Белки - 0,74 г, Жиры - 4,05 г, Углеводы - 3,93 г, Калорийность - 55,91 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	Картофель отварной Пищевая ценность: Белки - 3,21 г, Жиры - 0,64 г, Углеводы - 25,82 г, Калорийность - 121,89 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	
45	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,83 г, Жиры - 1,49 г, Углеводы - 21,74 г, Калорийность - 116,55 ккал	пор	
ИТОГО: 725 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 24,02 г, Жиры - 21,69 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 557,55 ккал		69,62
<b>Стоимость</b>			

<b>Полдник</b>			
150	Фрукты (яблоки зеленые) Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
200	Кефир обезжир. Пищевая ценность: Белки - 6 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 8 г, Калорийность - 62 ккал	пор	
ИТОГО: 350 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 6,66 г, Жиры - 0,39 г, Углеводы - 28,42 г, Калорийность - 149 ккал		22,00
<b>Стоимость</b>			

ИТОГО: 1 665 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 50,79 г, Жиры - 40,84 г, Углеводы - 184,44 г, Калорийность - 1 326,39 ккал		
-----------------	--	--	--

м. директора по производству \_\_\_\_\_ //Чернов Игорь Васильевич)  
 в.производством: \_\_\_\_\_ //)  
 к. производственного отдела \_\_\_\_\_ //Яушкина Марина Николаевна)  
 номист-калькулятор \_\_\_\_\_ //(Родина Валентина Федоровна)  
 ефон: 8 8342 54-66-11



Р  
У  
Л

**Меню**  
**Вторник - 2 с 7 до 11 лет**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
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 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	
ИТОГО: 390 гр			
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>

<b>Промежуточное питание</b>			
150	<b>Фрукты (яблоки зеленые)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
10	<b>Орех грецкий</b> Пищевая ценность: Белки - 1,62 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 1,11 г, Калорийность - 65,6 ккал	пор	
10	<b>Сухофрукты (курага)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,52 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 23,2 ккал	пор	
ИТОГО: 170 гр			
<b>Стоимость</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>Суп гороховый на 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 рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 6,55 г, Жиры - 1,72 г, Углеводы - 29,69 г, Калорийность - 160,16 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	
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	
ИТОГО: 725 гр			
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>

<b>Полдник</b>			
150	<b>Фрукты (яблоки зеленые)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
200	<b>Кефир обезжир.</b> Пищевая ценность: Белки - 6 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 8 г, Калорийность - 62 ккал	пор	
ИТОГО: 350 гр			
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>
ИТОГО: 1 635 гр			
Пищевая ценность дня: Белки - 69,54 г, Жиры - 82,97 г, Углеводы - 172,18 г, Калорийность - 1 464,13 ккал			

директора по производству \_\_\_\_\_ //Чернов Игорь Васильевич)  
 производством: \_\_\_\_\_ //)  
 производственного отдела \_\_\_\_\_ //(Яушкина Марина Николаевна)  
 омист-калькулятор \_\_\_\_\_ //(Родина Валентина Федоровна)





D  
CH  
K

**Меню**  
**Четверг - 2 с 7 до 11 лет**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
30	Горошек зеленый отварной <small>Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12 ккал</small>	пор	
90	Котлеты рубленые из мяса птицы <small>Пищевая ценность: Белки - 11,38 г, Жиры - 17,05 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 250,26 ккал</small>	пор	
150	Каша гречневая рассыпчатая <small>Пищевая ценность: Белки - 6,55 г, Жиры - 1,72 г, Углеводы - 29,69 г, Калорийность - 160,16 ккал</small>	пор	
200	Чай без сахара <small>Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал</small>	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 510 гр	<small>Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,49 г, Жиры - 20,2 г, Углеводы - 63,57 г, Калорийность - 527,71 ккал</small>		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>
<b>Промежуточное питание</b>			
150	Фрукты (яблоки зеленые) <small>Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал</small>	пор	
10	Орех грецкий <small>Пищевая ценность: Белки - 1,62 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 1,11 г, Калорийность - 65,6 ккал</small>	пор	
10	Сухофрукты (курага) <small>Пищевая ценность: Белки - 0,52 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 23,2 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 170 гр	<small>Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,8 г, Жиры - 6,4 г, Углеводы - 26,63 г, Калорийность - 175,8 ккал</small>		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	Салат из моркови с курагой <small>Пищевая ценность: Белки - 1,05 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 6,99 г, Калорийность - 33,87 ккал</small>	пор	
200	Суп с вермишелью на бульоне <small>Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,92 г, Калорийность - 65,49 ккал</small>	пор	
240	Плов с отварной птицей <small>Пищевая ценность: Белки - 31,39 г, Жиры - 18,9 г, Углеводы - 43,16 г, Калорийность - 475,4 ккал</small>	пор	
180	Компот из сухофруктов <small>Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 2,3 г, Калорийность - 10,76 ккал</small>	пор	
45	Хлеб ржано-пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,83 г, Жиры - 1,49 г, Углеводы - 21,74 г, Калорийность - 116,55 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 725 гр	<small>Пищевая ценность обеда: Белки - 37,98 г, Жиры - 22,66 г, Углеводы - 84,1 г, Калорийность - 702,07 ккал</small>		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>
<b>Полдник</b>			
150	Фрукты (яблоки зеленые) <small>Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал</small>	пор	
200	Кефир обезжир. <small>Пищевая ценность: Белки - 6 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 8 г, Калорийность - 62 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 350 гр	<small>Пищевая ценность полдника: Белки - 6,66 г, Жиры - 0,39 г, Углеводы - 28,42 г, Калорийность - 149 ккал</small>		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>
ИТОГО: 1 755 гр	<small>Пищевая ценность дня: Белки - 69,93 г, Жиры - 49,64 г, Углеводы - 202,71 г, Калорийность - 1 554,57 ккал</small>		

ам. директора по производству \_\_\_\_\_ / (Чернов Игорь Васильевич)  
 ав. производством: \_\_\_\_\_ / (  
 ук. производственного отдела \_\_\_\_\_ / (Яушкина Марина Николаевна)  
 кономист-калькулятор \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)



242

**Меню**  
Пятница - 2 с 7 до 11 лет

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Яйцо отварное</b> Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
200	<b>Каша геркулесовая без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 8 г, Жиры - 5,03 г, Углеводы - 30,81 г, Калорийность - 201,09 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: 490 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,37 г, Жиры - 17,91 г, Углеводы - 51,06 г, Калорийность - 465,07 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>63,72</b>
<b>Промежуточное питание</b>			
150	<b>Фрукты (яблоки зеленые)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
10	<b>Орех грецкий</b> Пищевая ценность: Белки - 1,62 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 1,11 г, Калорийность - 65,6 ккал	пор	
10	<b>Сухофрукты (чернослив)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 5,75 г, Калорийность - 25,6 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 170 гр</b>	<b>Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,51 г, Жиры - 6,44 г, Углеводы - 27,28 г, Калорийность - 178,2 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты</b> Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 3,15 г, Калорийность - 44,1 ккал	пор	
200	<b>Борщ из свежей капусты на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 4,13 г, Жиры - 4,26 г, Углеводы - 8,58 г, Калорийность - 88,43 ккал	пор	
120	<b>Рыба, тушенная с овощами</b> Пищевая ценность: Белки - 19,38 г, Жиры - 16,9 г, Углеводы - 1,33 г, Калорийность - 129 ккал	пор	
150	<b>Картофель отварной</b> Пищевая ценность: Белки - 3,21 г, Жиры - 0,64 г, Углеводы - 25,82 г, Калорийность - 121,89 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	
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: 755 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 31,61 г, Жиры - 26,39 г, Углеводы - 60,69 г, Калорийность - 501,49 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>69,62</b>
<b>Полдник</b>			
150	<b>Фрукты (яблоки зеленые)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
200	<b>Кефир обезжир.</b> Пищевая ценность: Белки - 6 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 8 г, Калорийность - 62 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 350 гр</b>	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 6,66 г, Жиры - 0,39 г, Углеводы - 28,42 г, Калорийность - 149 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>22,00</b>
<b>ИТОГО: 1 765 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 65,16 г, Жиры - 51,12 г, Углеводы - 167,44 г, Калорийность - 1 293,77 ккал</b>		

ам. директора по производству \_\_\_\_\_ //Чернов Игорь Васильевич)  
 ав. производством: \_\_\_\_\_ //)  
 ук. производственного отдела \_\_\_\_\_ //Яушкина Марина Николаевна)  
 кономист-калькулятор \_\_\_\_\_ //Родина Валентина Федоровна)