

Меню
Понедельник - 2 с 7 до 11 лет



Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
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		
Стоимость			63,72

Промежуточное питание			
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		
Стоимость			

Обед			
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	
200	Каша перловая с курицей Пищевая ценность: Белки - 17,55 г, Жиры - 14,96 г, Углеводы - 38,68 г, Калорийность - 359,09 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: 685 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 23,75 г, Жиры - 24,74 г, Углеводы - 73,51 г, Калорийность - 618,54 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
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		
Стоимость			22,00

ИТОГО: 1 625 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 50,52 г, Жиры - 43,89 г, Углеводы - 193,84 г, Калорийность - 1 387,38 ккал		
------------------------	---	--	--

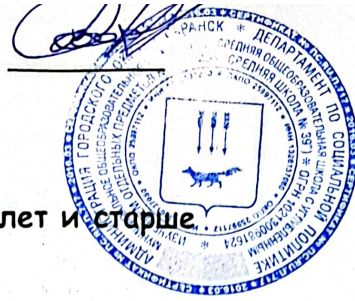
Зам. директора по производству _____ //Чернов Игорь Васильевич

Зав. производством: _____ //()

Рук. производственного отдела _____ //Яушкина Марина Николаевна

Экономист-калькулятор _____ //Родина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Понедельник - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,6 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 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: 450 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,72 г, Жиры - 14,3 г, Углеводы - 75,07 г, Калорийность - 510,53 ккал		
Стоимость			68,44

Промежуточное питание			
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		
Стоимость			

Обед			
100	Салат из моркови без сахара Пищевая ценность: Белки - 1,22 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 6,49 г, Калорийность - 86,84 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,82 г, Жиры - 5,23 г, Углеводы - 10,9 г, Калорийность - 97,82 ккал	пор	
250	Каша перловая с курицей Пищевая ценность: Белки - 22,04 г, Жиры - 18,98 г, Углеводы - 48,5 г, Калорийность - 452,28 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: 840 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,38 г, Жиры - 32,34 г, Углеводы - 95,44 г, Калорийность - 801,7 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 460 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 52,9 г, Жиры - 53,04 г, Углеводы - 197,13 г, Калорийность - 1 488,03 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



Р
Ш
К

Меню
Вторник - 2 с 7 до 11 лет

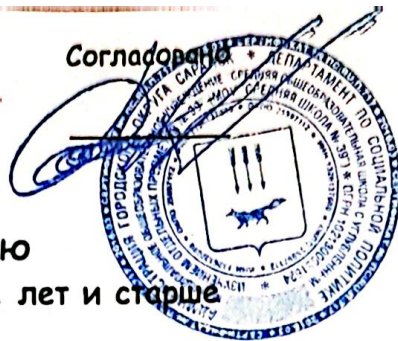
Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
150	Запеканка творожная Пищевая ценность: Белки - 23,5 г, Жиры - 12,14 г, Углеводы - 14,2 г, Калорийность - 264,83 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 1,68 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал	пор	
ИТОГО: 390 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 27,12 г, Жиры - 13,51 г, Углеводы - 33,6 г, Калорийность - 370,12 ккал		
Стоимость			63,72

Промежуточное питание			
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		
Стоимость			

Обед			
60	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,4 г, Углеводы - 5,4 г, Калорийность - 81,6 ккал	пор	
200	Суп гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,03 г, Калорийность - 129,12 ккал	пор	
90	Шницель рубленый из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 16,37 г, Жиры - 18,59 г, Углеводы - 11,62 г, Калорийность - 280,26 ккал	пор	
150	Каша гречневая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 6,55 г, Жиры - 1,72 г, Углеводы - 29,69 г, Калорийность - 160,16 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	
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 - 32,97 г, Жиры - 32,68 г, Углеводы - 83,54 г, Калорийность - 769,21 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
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		
Стоимость			22,00
ИТОГО: 1 635 гр Пищевая ценность дня: Белки - 69,54 г, Жиры - 52,97 г, Углеводы - 172,18 г, Калорийность - 1 464,13 ккал			

И.о. директора по производству _____ / (Чернов Игорь Васильевич)
 зав. производством: _____ / ()
 рук. производственного отдела _____ / (Яушкина Марина Николаевна)
 экономист-калькулятор _____ / (Родина Валентина Федоровна)



Меню
Вторник - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200	Запеканка творожная Пищевая ценность: Белки - 31,29 г, Жиры - 16,74 г, Углеводы - 18,72 г, Калорийность - 356,99 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: 450 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 35,76 г, Жиры - 18,44 г, Углеводы - 42,94 г, Калорийность - 488,18 ккал		
Стоимость			68,44
Промежуточное питание			
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		
Стоимость			
Обед			
100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
250	Суп гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 18,54 г, Калорийность - 148,66 ккал	пор	
100	Шницель рубленый из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 18,19 г, Жиры - 20,65 г, Углеводы - 12,91 г, Калорийность - 311,4 ккал	пор	
180	Каша гречневая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 7,81 г, Жиры - 2,05 г, Углеводы - 35,4 г, Калорийность - 190,96 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: 870 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 39,13 г, Жиры - 39,27 г, Углеводы - 104,9 г, Калорийность - 943,94 ккал		
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 490 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 77,69 г, Жиры - 64,11 г, Углеводы - 174,47 г, Калорийность - 1 607,92 ккал		

ам. директора по производству _____ / (Чернов Игорь Васильевич)
 ав. производством: _____ / ()
 к. производственного отдела _____ / (Яушкина Марина Николаевна)
 ономист-калькулятор _____ / (Родина Валентина Федоровна)



Меню
Среда - 2 с 7 до 11 лет

2
4
1

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200	Каша геркулесовая без сахара Пищевая ценность: Белки - 8 г, Жиры - 5,03 г, Углеводы - 30,81 г, Калорийность - 201,09 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: 460 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,82 г, Жиры - 11,63 г, Углеводы - 50,21 г, Калорийность - 375,17 ккал		
Стоимость			63,72

Промежуточное питание			
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 (чернослив) Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 5,75 г, Калорийность - 25,6 ккал	пор	
ИТОГО: 170 гр	Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,51 г, Жиры - 6,44 г, Углеводы - 27,28 г, Калорийность - 178,2 ккал		
Стоимость			

Обед			
60	Свекла отварная Пищевая ценность: Белки - 0,9 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 5,28 г, Калорийность - 25,2 ккал	пор	
200	Щи из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,54 г, Жиры - 4,22 г, Углеводы - 9,16 г, Калорийность - 80,75 ккал	пор	
120	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 13,08 г, Жиры - 25,78 г, Углеводы - 14,4 г, Калорийность - 343,06 ккал	пор	
150	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,66 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал	пор	
180	Компот из свежих яблок без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 3,53 г, Калорийность - 16,92 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: 755 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 25,9 г, Жиры - 35,34 г, Углеводы - 95,05 г, Калорийность - 804,97 ккал		
Стоимость			69,62

Полдник			
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		
Стоимость			22,00

ИТОГО: 1 735 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 51,89 г, Жиры - 53,79 г, Углеводы - 200,95 г, Калорийность - 1 507,34 ккал		
-----------------	--	--	--

директора по производству Игорь Васильевич Чернов //Чернов Игорь Васильевич)
 в. производством: _____ /_____
 х. производственного отдела Марина Николаевна Яушкина //Яушкина Марина Николаевна)
 экономист-калькулятор Валентина Федоровна Родина //Родина Валентина Федоровна)



Меню
Среда - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
250	Каша геркулесовая без сахара Пищевая ценность: Белки - 10 г, Жиры - 6,29 г, Углеводы - 38,51 г, Калорийность - 251,36 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: 520 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,67 г, Жиры - 13,21 г, Углеводы - 62,74 г, Калорийность - 451,35 ккал		
Стоимость			68,44
Промежуточное питание			
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 (чернослив) Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 5,75 г, Калорийность - 25,6 ккал	пор	
ИТОГО: 170 гр	Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,51 г, Жиры - 6,44 г, Углеводы - 27,28 г, Калорийность - 178,2 ккал		
Стоимость			
Обед			
100	Свекла отварная, Пищевая ценность: Белки - 1,5 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 8,8 г, Калорийность - 42 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,94 г, Жиры - 5,27 г, Углеводы - 11,55 г, Калорийность - 101,34 ккал	пор	
130	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,5 г, Жиры - 27,73 г, Углеводы - 16,14 г, Калорийность - 373,54 ккал	пор	
180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 7,7 г, Жиры - 4,39 г, Углеводы - 49,13 г, Калорийность - 266,98 ккал	пор	
180	Компот из свежих яблок без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 3,53 г, Калорийность - 16,92 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: 900 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,88 г, Жиры - 39,62 г, Углеводы - 118,13 г, Калорийность - 956,18 ккал		
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 590 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 53,06 г, Жиры - 59,27 г, Углеводы - 208,14 г, Калорийность - 1 585,72 ккал		

_____ / (Чернов Игорь Васильевич)
 зам. директора по производству
 _____ / ()
 зав. производством:
 _____ / (Яушкина Марина Николаевна)
 рук. производственного отдела
 _____ / (Родина Валентина Федоровна)
 экономист-калькулятор

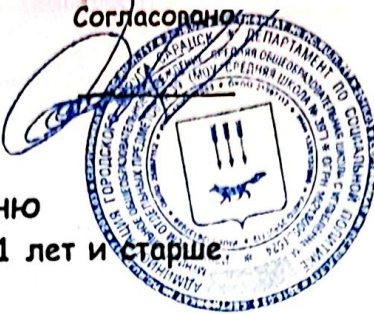


Меню
Четверг - 2 с 7 до 11 лет

D
24
L

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
30	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12 ккал	пор	
90	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 11,38 г, Жиры - 17,05 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 250,26 ккал	пор	
150	Каша гречневая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 6,55 г, Жиры - 1,72 г, Углеводы - 29,69 г, Калорийность - 160,16 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	
ОГО: 510 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,49 г, Жиры - 20,2 г, Углеводы - 63,57 г, Калорийность - 527,71 ккал		
Стоимость			63,72
Промежуточное питание			
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	
ОГО: 170 гр	Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,8 г, Жиры - 6,4 г, Углеводы - 26,63 г, Калорийность - 175,8 ккал		
Стоимость			
Обед			
60	Салат из моркови с курагой Пищевая ценность: Белки - 1,05 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 6,99 г, Калорийность - 33,87 ккал	пор	
200	Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,92 г, Калорийность - 65,49 ккал	пор	
240	Плов с отварной птицей Пищевая ценность: Белки - 31,39 г, Жиры - 18,9 г, Углеводы - 43,16 г, Калорийность - 475,4 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 2,3 г, Калорийность - 10,76 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	
ОГО: 725 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 37,98 г, Жиры - 22,66 г, Углеводы - 84,1 г, Калорийность - 702,07 ккал		
Стоимость			69,62
Полдник			
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	
ОГО: 350 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 6,66 г, Жиры - 0,39 г, Углеводы - 28,42 г, Калорийность - 149 ккал		
Стоимость			22,00
ОГО: 1 755 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 69,93 г, Жиры - 49,64 г, Углеводы - 202,71 г, Калорийность - 1 554,57 ккал		

директора по производству _____ //Чернов Игорь Васильевич)
 производством: _____ //)
 производственного отдела _____ //Яушкина Марина Николаевна)
 ист-калькулятор _____ //Родина Валентина Федоровна)



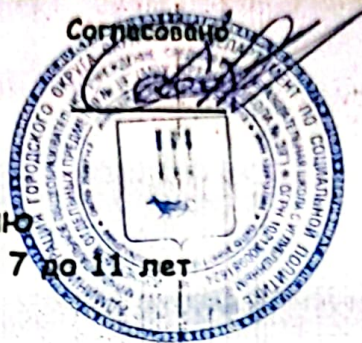
Меню
Четверг - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
30	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 12,47 г, Жиры - 19,73 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 282,78 ккал	пор	
180	Каша гречневая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 7,81 г, Жиры - 2,05 г, Углеводы - 35,4 г, Калорийность - 190,96 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: 560 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,69 г, Жиры - 23,54 г, Углеводы - 75,12 г, Калорийность - 616,93 ккал		
Стоимость			68,44
Промежуточное питание			
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		
Стоимость			
Обед			
100	Салат из моркови с курагой Пищевая ценность: Белки - 1,76 г, Жиры - 0,13 г, Углеводы - 11,66 г, Калорийность - 56,46 ккал	пор	
250	Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 86,54 ккал	пор	
280	Плов с отварной птицей Пищевая ценность: Белки - 36,62 г, Жиры - 22,05 г, Углеводы - 50,35 г, Калорийность - 554,66 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 2,3 г, Калорийность - 10,76 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: 870 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 45,57 г, Жиры - 27,41 г, Углеводы - 105,72 г, Калорийность - 863,82 ккал		
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 600 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 74,05 г, Жиры - 57,35 г, Углеводы - 207,46 г, Калорийность - 1 656,55 ккал		

Зам. директора по производству _____ //Чернов Игорь Васильевич
 Зав. производством: _____ /0/
 Рук. производственного отдела _____ //Яушкина Марина Николаевна
 Экономист-калькулятор _____ //Родина Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11

ство с ограниченной ответственностью
региональная кейтеринговая компания"



Меню
Пятница - 2 с 7 до 11 лет

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
200	Каша геркулесовая без сахара Пищевая ценность: Белки - 8 г, Жиры - 5,03 г, Углеводы - 30,81 г, Калорийность - 201,09 ккал	пор	
200	Чай с лимоном без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,27 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,23 г, Калорийность - 3,38 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	
ОГО: 490 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,37 г, Жиры - 17,91 г, Углеводы - 51,06 г, Калорийность - 465,07 ккал		
Стоимость			63,72
Промежуточное питание			
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 (чернослив) Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 5,75 г, Калорийность - 25,6 ккал	пор	
ОГО: 170 гр	Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,51 г, Жиры - 6,44 г, Углеводы - 27,28 г, Калорийность - 178,2 ккал		
Стоимость			
Обед			
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	Борщ из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,13 г, Жиры - 4,26 г, Углеводы - 8,58 г, Калорийность - 88,43 ккал	пор	
120	Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 19,38 г, Жиры - 16,9 г, Углеводы - 1,33 г, Калорийность - 129 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	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,52 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	
ОГО: 755 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,61 г, Жиры - 26,39 г, Углеводы - 60,69 г, Калорийность - 501,49 ккал		
Стоимость			69,62
Полдник			
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	
ОГО: 350 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 6,66 г, Жиры - 0,39 г, Углеводы - 28,42 г, Калорийность - 149 ккал		
Стоимость			22,00
ОГО: 1 765 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 65,15 г, Жиры - 51,12 г, Углеводы - 167,44 г, Калорийность - 1 293,77 ккал		

Синий росчерк/подпись



242

Меню
Пятница - 2 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
250	Каша геркулесовая без сахара Пищевая ценность: Белки - 10 г, Жиры - 6,29 г, Углеводы - 38,31 г, Калорийность - 231,36 ккал	пор	
200	Чай с лимоном без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,27 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,23 г, Калорийность - 3,38 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,23 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,03 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 27,22 г, Жиры - 19,5 г, Углеводы - 63,59 г, Калорийность - 541,25 ккал		
Стоимость			68,44
Промежуточное питание			
150	Фрукты (яблоки зеленые) Пищевая ценность: Белки - 0,56 г, Жиры - 0,23 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
10	Орех грецкий Пищевая ценность: Белки - 1,62 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 1,01 г, Калорийность - 65,6 ккал	пор	
10	Сухофрукты (чернослив) Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 5,75 г, Калорийность - 25,6 ккал	пор	
ИТОГО: 170 гр	Пищевая ценность промежуточного питания: Белки - 2,51 г, Жиры - 6,44 г, Углеводы - 27,28 г, Калорийность - 178,2 ккал		
Стоимость			
Обед			
100	Салат из белокачанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,3 г, Углеводы - 5,24 г, Калорийность - 73,46 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,52 г, Жиры - 5,31 г, Углеводы - 10,9 г, Калорийность - 108,62 ккал	пор	
130	Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 22,03 г, Жиры - 19,09 г, Углеводы - 1,48 г, Калорийность - 145,44 ккал	пор	
180	Картофель отварной Пищевая ценность: Белки - 3,85 г, Жиры - 0,77 г, Углеводы - 30,99 г, Калорийность - 146,27 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: 900 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 37,14 г, Жиры - 32,3 г, Углеводы - 77,65 г, Калорийность - 630,71 ккал		
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 620 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 66,87 г, Жиры - 58,23 г, Углеводы - 168,52 г, Калорийность - 1 350,16 ккал		

Зам. директора по производству

_____/ (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

_____/ 10

Рук. производственного отдела

_____/ ((Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор

_____/ ((Родина Валентина Федоровна)