



9
1

Меню
Понедельник - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 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: 440 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 37,86 г, Жиры - 38,13 г, Углеводы - 25,46 г, Калорийность - 597,69 ккал		
Стоимость			68,44

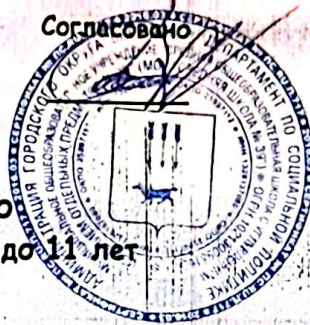
Промежуточное питание			
150	Фрукты (яблоки зеленые) Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,29 г, Углеводы - 20,42 г, Калорийность - 87 ккал	пор	
10	Орех грецкий Пищевая ценность: Белки - 1,62 г, Жиры - 6,08 г, Углеводы - 1,11 г, Калорийность - 65,6 ккал	пор	
10	Сухофрукты (курага) Пищевая ценность: 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	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	
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 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: 840 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,02 г, Жиры - 35,23 г, Углеводы - 100,32 г, Калорийность - 855,78 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 450 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 71,68 г, Жиры - 79,76 г, Углеводы - 152,41 г, Калорийность - 1 629,26 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 - 1 с 7 до 11 лет

0
1
4

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
120	Тфтели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 12,73 г, Жиры - 20,24 г, Углеводы - 15,04 г, Калорийность - 292,54 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 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	
ИТОГО: 510 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,95 г, Жиры - 23,33 г, Углеводы - 64,28 г, Калорийность - 559,69 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 с курагой Пищевая ценность: Белки - 1,05 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 6,99 г, Калорийность - 33,87 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	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 15,51 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 19,93 г, Калорийность - 305,79 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: 685 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 21,97 г, Жиры - 24,24 г, Углеводы - 60,77 г, Калорийность - 550,76 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: 1 715 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 54,37 г, Жиры - 54,35 г, Углеводы - 180,08 г, Калорийность - 1 435,25 ккал		

м. директора по производству _____ (Чернов Игорь Васильевич)

в. производством: _____ /0

к. производственного отдела _____ (Яушкина Марина Николаевна)

юномист-калькулятор _____ (Родина Валентина Федоровна)

телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Среда - 1 с 11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
130	Тфтели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 13,86 г, Жиры - 21,27 г, Углеводы - 15,55 г, Калорийность - 308,4 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	
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 - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,5 ккал	пор	
ИТОГО: 560 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,19 г, Жиры - 25,03 г, Углеводы - 75,32 г, Калорийность - 632,25 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	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	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,28 г, Жиры - 22,6 г, Углеводы - 24,76 г, Калорийность - 378,07 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: 840 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,1 г, Жиры - 30,08 г, Углеводы - 79,83 г, Калорийность - 704,67 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 570 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 57,09 г, Жиры - 61,5 г, Углеводы - 181,78 г, Калорийность - 1 512,72 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
1
Ш

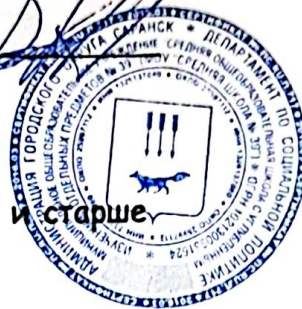
Меню
Четверг - 1 с 7 до 11 лет

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 (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	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 3,15 г, Калорийность - 44,1 ккал	пор	
200	Рассольник московский на курином бульоне (крупа перловая), Пищевая ценность: Белки - 1,83 г, Жиры - 3,26 г, Углеводы - 12,93 г, Калорийность - 88,78 ккал	пор	
200	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 14,33 г, Жиры - 16,97 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 300,73 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	
ИТОГО: 685 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 21,08 г, Жиры - 24,78 г, Углеводы - 63,11 г, Калорийность - 560,92 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 - 47,57 г, Жиры - 43,98 г, Углеводы - 184,09 г, Калорийность - 1 332,16 ккал		

директора по производству _____ / (Чернов Игорь Васильевич)
 с производством: _____ / Ю
 производственного отдела _____ / (Яушжина Марина Николаевна)
 номист-калькулятор _____ / (Радина Валентина Федоровна)

ефон: 8 8342 54-66-11

Меню
Четверг - 1 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 (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 белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 5,24 г, Калорийность - 73,46 ккал	пор	
250	Рассольник московский на бульоне Пищевая ценность: Белки - 2,33 г, Жиры - 4,34 г, Углеводы - 16,5 г, Калорийность - 114,79 ккал	пор	
250	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 17,91 г, Жиры - 21,22 г, Углеводы - 28,75 г, Калорийность - 375,93 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: 840 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,02 г, Жиры - 32,63 г, Углеводы - 81,76 г, Калорийность - 730,34 ккал		
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 460 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,25 г, Жиры - 53,37 г, Углеводы - 184,1 г, Калорийность - 1 419,06 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 - 1 с 7 до 11 лет

2
1
4

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 молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 26,79 г, Калорийность - 191,54 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	
ИТОГО: 460 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,7 г, Жиры - 13,31 г, Углеводы - 46,33 г, Калорийность - 367,33 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	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,89 г, Калорийность - 60,47 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	
90	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 12,74 г, Жиры - 20,75 г, Углеводы - 12,42 г, Калорийность - 288,74 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 - 25,71 г, Жиры - 30,31 г, Углеводы - 78,71 г, Калорийность - 692,93 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: 1 705 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,87 г, Жиры - 50,4 г, Углеводы - 180,09 г, Калорийность - 1 385,06 ккал		

д. директора по производству _____ // (Чернов Игорь Васильевич)
 г. производством: _____ // ()
 . производственного отдела _____ // (Яушкина Марина Николаевна)
 номист-калькулятор _____ // (Родина Валентина Федоровна)



Меню
Пятница - 1 с 7 до 11 лет

Р
1
4

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 молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 26,79 г, Калорийность - 191,54 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	
ИТОГО: 460 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,7 г, Жиры - 13,31 г, Углеводы - 46,33 г, Калорийность - 367,33 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	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,89 г, Калорийность - 60,47 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	
90	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 12,74 г, Жиры - 20,75 г, Углеводы - 12,42 г, Калорийность - 288,74 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 - 25,71 г, Жиры - 30,31 г, Углеводы - 78,71 г, Калорийность - 692,93 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: 1 705 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 49,87 г, Жиры - 50,4 г, Углеводы - 180,09 г, Калорийность - 1 385,06 ккал		

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