

*Лиза*

**Меню**  
**Понедельник - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
180	<b>Рожки отварные с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
200	<b>Сок 200 мл в инд.уп.</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
ИТОГО: 630 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,81 г, Жиры - 18,7 г, Углеводы - 99,99 г, Калорийность - 637,6 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с кукурузой</b> Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 7,97 г, Калорийность - 74,62 ккал	пор	
200	<b>Суп с клецками на курином бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 6,97 г, Жиры - 7,19 г, Углеводы - 19,75 г, Калорийность - 170,99 ккал	пор	
120	<b>Грудки куриные, тушённые в сметанном соусе, 90/30</b> Пищевая ценность: Белки - 28,44 г, Жиры - 16,55 г, Углеводы - 0,95 г, Калорийность - 273,85 ккал	пор	
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 3,74 г, Жиры - 3,43 г, Углеводы - 39,27 г, Калорийность - 202,93 ккал	пор	
180	<b>Компот ассорти</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал	пор	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал	пор	
ИТОГО: 770 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 45,43 г, Жиры - 32,57 г, Углеводы - 109,74 г, Калорийность - 927,84 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>176,90</b>
ИТОГО: 1 400 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 62,24 г, Жиры - 51,27 г, Углеводы - 209,73 г, Калорийность - 1 565,44 ккал		

Зам. директора по производству

*Игорь Васильевич*

/(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:

*Марина Николаевна*

/(Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела

*Валентина Федоровна*

/(Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор

*Валентина Федоровна*

/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



*Лев*

**Меню**  
**Вторник - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
200	Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 ккал	пор	
200	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
ИТОГО: 500 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,29 г, Жиры - 21,31 г, Углеводы - 78,73 г, Калорийность - 608,7 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
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 курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 7,7 г, Жиры - 5,51 г, Углеводы - 15,09 г, Калорийность - 140,24 ккал	пор	
90	Рыба запеченная Пищевая ценность: Белки - 18,9 г, Жиры - 16,94 г, Углеводы - 3,5 г, Калорийность - 140,49 ккал	пор	
150	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 ккал	пор	
180	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал	пор	
30	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
30	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 35,9 г, Жиры - 32,97 г, Углеводы - 88,71 г, Калорийность - 701,5 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>176,90</b>
ИТОГО: 1 240 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 61,18 г, Жиры - 54,27 г, Углеводы - 167,44 г, Калорийность - 1 310,21 ккал		

И.о. директора по производству

*Игорь Васильевич* / (Чернов Игорь Васильевич)

И.о. в производством:

*Серебрякова* / (Серебрякова)

И.о. к. производственного отдела

*Марина Николаевна* / (Яушкина Марина Николаевна)

И.о. экономист-калькулятор

*Валентина Федоровна* / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



*Легу*

**Меню**  
**Среда - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Салат из моркови с изюмом</b> Пищевая ценность: Белки - 0,79 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 13,91 г, Калорийность - 60,41 ккал	пор	
160	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 27,36 г, Жиры - 28,83 г, Углеводы - 4,84 г, Калорийность - 388,58 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
50	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
ИТОГО: 510 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 35,28 г, Жиры - 36,98 г, Углеводы - 86,12 г, Калорийность - 816,38 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,92 г, Калорийность - 60,63 ккал	пор	
200	<b>Суп с вермишелью на бульонебульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,95 г, Калорийность - 76,48 ккал	пор	
90	<b>Цыпленок запеченный (голень)</b> Пищевая ценность: Белки - 23,4 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 0,48 г, Калорийность - 225,35 ккал	пор	
150	<b>Каша гречневая вязкая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 38,26 г, Жиры - 25,42 г, Углеводы - 84,05 г, Калорийность - 725,66 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>176,90</b>
ИТОГО: 1 250 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 73,54 г, Жиры - 62,39 г, Углеводы - 170,16 г, Калорийность - 1 542,03 ккал		

ам. директора по производству *Игорь Чернов* / (Чернов Игорь Васильевич)

ав. производством: *Светлана* / (Светлана)

ук. производственного отдела *Марина Яушкина* / (Яушкина Марина Николаевна)

кономист-калькулятор *Валентина Родина* / (Родина Валентина Федоровна)

елефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**  
**Четверг - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,6 г, Жиры - 2,61 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 34,4 ккал	пор	
200	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал	пор	
200	<b>Кофейный напиток</b> Пищевая ценность: Белки - 2,66 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 113,4 ккал	пор	
40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
150	<b>Фрукт (яблоко)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 600 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,11 г, Жиры - 11,97 г, Углеводы - 90,41 г, Калорийность - 530,53 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты</b> Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,9 г, Калорийность - 55,01 ккал	пор	
200	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 4,64 г, Углеводы - 10,08 г, Калорийность - 88,32 ккал	пор	
90	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 11,38 г, Жиры - 17,05 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 250,26 ккал	пор	
150	<b>Пюре из бобовых с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 17,28 г, Жиры - 4,1 г, Углеводы - 36,13 г, Калорийность - 250,69 ккал	пор	
180	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал	пор	
ИТОГО: 740 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 36,14 г, Жиры - 30,13 г, Углеводы - 106,05 г, Калорийность - 843,24 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>176,90</b>
ИТОГО: 1 340 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 50,25 г, Жиры - 42,09 г, Углеводы - 196,46 г, Калорийность - 1 373,77 ккал		

Директор по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством:  / (Родина Валентина Федоровна)

Зав. производственного отдела  / (Яшкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



*Аку*

**Меню**  
**Пятница - 1 Младшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
170	<b>Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком</b> Пищевая ценность: Белки - 22,81 г, Жиры - 13,2 г, Углеводы - 46,44 г, Калорийность - 400,47 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
200	<b>Сок 200 мл в инд.уп.</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 610 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,09 г, Жиры - 13,58 г, Углеводы - 101,68 г, Калорийность - 639,22 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы отварной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,1 г, Калорийность - 51,33 ккал	пор	
200	<b>Щи из свежей капусты на бульоне</b> Пищевая ценность: Белки - 1,61 г, Жиры - 4,67 г, Углеводы - 9,35 г, Калорийность - 86,01 ккал	пор	
240	<b>Жаркое по-домашнему</b> Пищевая ценность: Белки - 20,23 г, Жиры - 13,85 г, Углеводы - 34,17 г, Калорийность - 345,34 ккал	пор	
180	<b>Компот из свежих яблок</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 ккал	пор	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 740 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 27,69 г, Жиры - 22,94 г, Углеводы - 93,07 г, Калорийность - 694,48 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>176,90</b>
<b>ИТОГО: 1 350 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 53,78 г, Жиры - 36,52 г, Углеводы - 194,75 г, Калорийность - 1 333,7 ккал</b>		

ам. директора по производству *Игорь Васильевич* / (Чернов Игорь Васильевич)

ав. производством: *Селезнева* / (Селезнева)

ук. производственного отдела *Марина Николаевна* / (Яушкина Марина Николаевна)

кономист-калькулятор *Валентина Федоровна* / (Родина Валентина Федоровна)

елефон: 8 8342 54-66-11