

**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Макаронные изделия отварные с тертым сыром	.150/30	13	15	32	333
Какао с молоком сгущённым	.200	4	4	25	158
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Груша порционная	.100	0	0	10	47
		19	19	81	608

**Обед**

Салат из свежей капусты и огурцов с луком и раст.маслом	.060	1	5	5	47
Суп гороховый с сухариками	.200/15	8	3	25	172
Котлета из мяса птицы (курицы)	.090	13	14	14	290
Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	.150/5	9	9	39	271
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		34	31	124	960

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.



**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Запеканка из творога с повидлом (джемом)	.150/20	23	16	50	421
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		<u>25</u>	<u>16</u>	<u>89</u>	<u>598</u>

**Обед**

Салат "Степной" (с кукурузой)	.060	1	4	6	60
Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	.200	1	4	6	72
Плов с мясом	.200	22	23	35	429
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		<u>27</u>	<u>31</u>	<u>92</u>	<u>759</u>

Директор Клементьева Е.А.

Шеф-повар Махмутова Г.А.

Калькулятор Борисова Л.С.



**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Каша жидкая молочная из гречневой крупы	.210	11	9	35	295
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Пряник	.050	3	4	34	187
		19	23	99	719

**Обед**

Салат из свежих помидоров с зеленым луком и растит.маслом	.060	1	2	3	47
Суп куриный с домашней лапшой	.200/30	8	11	10	178
Шницель рыбный натуральный	.090	12	14	8	206
Картофель отварной с маслом сливочным	.150/5	3	8	24	178
Компот из свежемороженых ягод	.200	1	0	29	123
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		27	35	94	824

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.

**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Омлет натуральный с маслом сливочным	.150/5	14	25	3	299
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Мандарин	.110	1	0	22	98
		17	25	54	529

**Обед**

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.060	1	4	1	40
Борщ со сметаной	.200	4	5	12	92
Филе куриное в панировке	.090	8	19	13	317
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.150/5	6	6	38	237
Компот из свежих яблок и груш с витамином С	.200	0	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		21	34	112	892

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.

**Меню**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл	ККал

**Завтрак**

Каша жидкая молочная из крупы пшённой	.210	8	12	37	285
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Сыр порционный	.020	5	6	0	78
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Вафли в индивидуальной упаковке	.040	3	8	28	165
		22	30	97	717

**Обед**

Салат из отварной свеклы с грецкими орехами и раст. маслом	.060	1	4	11	80
Суп картофельный с крупой рисовой на бульоне	.200	4	5	10	136
Котлета из говядины	.090	13	18	11	263
Овощи, тушённые в сметанно-томатном соусе	.150	3	16	17	282
Компот из урюка и изюма с витамином С	.200	1	0	30	121
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Банан порционный	.100	2	1	21	96
		26	44	120	1070

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.

