

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	.250/10	14	11	44	365
Чай с молоком сгущённым	.200	2	1	20	115
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Пряник	.050	3	4	34	187
		21	24	112	803

Завтрак2

Ватрушка с повидлом	.075	4	4	44	222
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		5	4	59	284

Обед

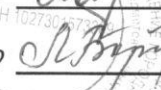
Салат витаминный (с кукурузой)	.100	3	6	22	155
Суп гороховый с сухариками	.250/15	9	3	17	201
Филе куриное в панировке	.100	9	22	14	352
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Груша порционная	.100	0	0	10	47
		32	38	153	1205

Обед (без первого блюда)

Салат витаминный (с кукурузой)	.100	3	6	22	155
Филе куриное в панировке	.100	9	22	14	352
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Груша порционная	.100	0	0	10	47
		22	33	125	958

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.



Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал
<u>Завтрак</u>					
Драчена с маслом сливочным	.150/5	17	30	9	344
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Мандарин	.120	1	0	17	74
		24	34	58	607
<u>Завтрак2</u>					
Сосиска в тесте	.100	9	7	28	217
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		10	8	43	277
<u>Обед</u>					
Салат из свежих огурцов с зеленым луком с маслом	.100	1	6	2	66
Суп картофельный с крупой рисовой на бульоне	.250	4	6	12	157
Рыба тушёная в томате с овощами	.075/25	18	13	4	148
Картофель отварной	.180	4	9	29	214
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		31	35	102	829
<u>Обед (без первого блюда)</u>					
Салат из свежих огурцов с зеленым луком с маслом	.100	1	6	2	66
Рыба тушёная в томате с овощами	.075/25	18	13	4	148
Картофель отварной	.180	4	9	29	214
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		26	28	80	626

Директор Клементьева Е.А.

Шеф-повар Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Борисова Л.С.



Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал
<u>Завтрак</u>					
Суп молочный с макаронными изделиями	.250/10	6	5	19	156
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Банан порционный	.100	2	1	21	96
		13	8	70	423
<u>Завтрак2</u>					
Язычок "Волжский"	.075	7	8	19	123
Сок	.200	1	0	25	106
		8	8	44	229
<u>Обед</u>					
Салат из свежих помидоров с луком и раст.маслом	.100	1	6	5	78
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	.250	3	5	11	109
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	.180/5	5	5	33	220
Компот из свежих яблок и груш с витамином С	.200	0	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		28	40	120	987
<u>Обед (без первого блюда)</u>					
Салат из свежих помидоров с луком и раст.маслом	.100	1	6	5	78
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	.180/5	5	5	33	220
Компот из свежих яблок и груш с витамином С	.200	0	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		23	34	100	832

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Каша молочная рисовая с маслом сливочным	.250/10	7	14	54	367
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
		23	31	114	799

Завтрак2

Булочка "Творожная"	.100	13	6	39	262
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		13	6	54	324

Обед

Салат из моркови с яблоками	.100	1	0	9	40
Суп куриный с домашней лапшой	.200/30	8	11	10	178
Биточки рыбные (пикша б/г)	.100	11	14	13	168
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Компот из изюма с витамином С	.200	0	0	30	122
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		28	36	126	897

Обед (обед без первого блюда)

Салат из моркови с яблоками	.100	1	0	9	40
Биточки рыбные (пикша б/г)	.100	11	14	13	168
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Компот из изюма с витамином С	.200	0	0	30	122
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		18	14	107	673

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл.	ККал

Завтрак

Запеканка из творога с повидлом	.150/20	23	16	50	421
Чай с лимоном	.200	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Апельсин порционный	.100	1	0	23	54
		27	16	102	607

Завтрак2

Пирожок с мясом	.075	9	6	27	179
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		9	6	42	239

Обед

Винегрет овощной	.100	3	10	7	124
Суп из овощей со сметаной	.250	7	11	9	166
Каша гречневая по-купечески	.200	18	13	33	352
Компот из свежих зам.ягод (черная смородина)	.200	1	0	29	123
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		32	34	108	903

Обед (без первого блюда)

Винегрет овощной	.100	3	10	7	124
Каша гречневая по-купечески	.200	18	13	33	352
Компот из свежих зам.ягод (черная смородина)	.200	1	0	29	123
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		24	23	89	691

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.



Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак2

Булочка с орехами	.100	8	10	46	302
Сок	.200	1	0	25	106
		9	10	71	408

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью	.100	2	5	11	91
Суп картофельный с клецками на бульоне	.250	6	12	19	194
Плов с мясом	.200	22	23	35	429
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Печенье в индивидуальной упаковке	.035	3	3	27	154
		36	43	136	1066

Обед (без первого блюда)

Салат из белокочанной капусты с морковью	.100	2	5	11	91
Плов с мясом	.200	22	23	35	429
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Печенье в индивидуальной упаковке	.035	3	3	27	154
		29	31	108	826

Директор Клементьева Е.А.

Шеф-повар Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Борисова Л.С.

