

**Меню**

Наименование блюда	Выход гр.	Пищевая ценность			
		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
		20	20	83	608

**Обед**

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.060	1	4	1	40
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	.200	2	4	8	80
Каша гречневая по-купечески	.200	18	13	33	352
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Печенье в индивидуальной упаковке	.028	2	2	22	123
		26	23	116	819

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 лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Мандарин	.100	1	0	20	89
		26	16	99	642

**Обед**

Салат витаминный (с зелёным горошком)	.060	1	4	5	58
Суп картофельный с крупой рисовой на бульоне	.200	4	5	10	136
Гуляш	.060/35	15	17	3	221
Каша рассыпчатая перловая	.150	4	4	28	183
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		27	30	91	796

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 рисовая	.210	6	11	43	294
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Сыр порционный	.020	5	6	0	78
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Вафли в индивидуальной упаковке	.040	3	8	28	165
		20	27	101	708

**Обед**

Салат из отварной свеклы с раст.маслом	.060	1	4	5	56
Суп куриный с домашней лапшой	.200/30	8	11	10	178
Рыба тушёная в томате с овощами	.050/35	11	14	21	249
Картофель отварной	.150	3	8	24	178
Компот из свежемороженых ягод	.200	1	0	29	123
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		26	38	108	876

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
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Банан	.120	2	1	25	115
		<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
		23	30	60	603

**Обед**

Салат из свежих помидоров с луком и раст. маслом	.060	1	4	3	47
Борщ со сметаной	.200/15	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 изюма с витамином С	.200	0	0	30	122
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
		21	34	115	907

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 крупы пшённой	.210	8	12	37	285
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
		15	25	106	723

**Обед**

Яйцо варёное	.020	3	2	0	32
Огурец свежий порционный	.040	0	0	1	5
Суп гороховый с сухариками	.200/15	8	3	25	172
Голубцы "ленивые"	.220	15	17	27	324
Компот из урюка с витамином С	.200	1	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Апельсин порционный	.050	1	0	12	27
		30	22	113	768

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.