

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Каша жидкая молочная из манной крупы	.260	8	13	40	314
Чай с молоком сгущённым	.200	2	1	20	115
Сыр порционный	.020	5	6	0	78
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Печенье	.040	3	2	27	151
		20	22	102	728

Завтрак2

Сосиска в тесте	.100	9	7	28	217
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		10	8	43	277

Обед

Салат из моркови с сахаром	.100	1	0	11	82
Борщ со сметаной	.250	6	6	15	124
Плов из мяса курицы	.200	19	15	36	352
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		30	22	127	849

Обед без первого блюда

Салат из моркови с сахаром	.100	1	0	11	82
Плов из мяса курицы	.200	19	15	36	352
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		23	15	102	679

Директор Лилия Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Л.С. Борисова Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал
<u>Завтрак</u>					
Каша молочная из крупы гречневой	.260	14	12	46	380
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Сдоба "Добрынюшка"	.060	4	3	42	215
		23	18	118	766
<u>Завтрак2</u>					
Пирожок с картофелем	.075	5	3	24	160
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		5	3	40	222
<u>Обед</u>					
Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком	.100	1	6	3	76
Суп гороховый с сухариками	.250/15	9	3	17	201
Оладьи из печени	.090	18	22	8	324
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	7	46	283
Компот из свежемороженых ягод	.200	0	0	28	138
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		38	39	132	1160
<u>Обед без первого блюда</u>					
Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком	.100	1	6	3	76
Оладьи из печени	.090	18	22	8	324
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	7	46	283
Компот из свежемороженых ягод	.200	0	0	28	138
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		28	35	105	913

Директор Клиш Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Л.С. Борисова Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал
<u>Завтрак</u>					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	.150/20	25	19	48	466
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Апельсин	.150	1	0	35	150
		29	19	112	746
<u>Завтрак2</u>					
Ватрушка с творогом	.075	9	5	34	232
Сок	.200	1	0	25	106
		10	5	60	338
<u>Обед</u>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	.100	2	5	11	91
Солянка домашняя со сметаной	.250	8	19	14	273
Рыба припущенная	.100	19	10	1	174
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Компот из кураги с витамином С	.200	1	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		37	45	108	994
<u>Обед без первого блда</u>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	.100	2	5	11	91
Рыба припущенная	.100	19	10	1	174
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Компот из кураги с витамином С	.200	1	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		28	25	85	675

Директор Климу Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Ильина Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Суп молочный с макаронными изделиями	.250/10	14	12	46	380
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
		21	23	78	635

Завтрак2

Язычок "Волжский"	.075	7	8	19	123
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		7	8	34	185

Обед

Винегрет овощной	.100	3	10	7	124
Рассольник ленинградский на бульоне	.250	19	16	54	189
Шницель натуральный рубленый	.100	17	36	8	427
Пюре из гороха с маслом сливочным	.180/5	16	8	41	301
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Груша порционная	.050	0	0	5	23
		59	71	166	1290

Обед без первого блюда

Винегрет овощной	.100	3	10	7	124
Шницель натуральный рубленый	.100	17	36	8	427
Пюре из гороха с маслом сливочным	.180/5	16	8	41	301
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Груша порционная	.050	0	0	5	23
		39	54	102	1055

Директор Клиш Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Александр Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Драчена с маслом сливочным	.150/5	17	30	9	344
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Банан	.150	2	1	31	144
		21	31	69	620

Завтрак2

Пицца "Школьная"	.100	10	16	28	299
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		10	16	43	359

Обед

Помидор свежий с сыром	.060	4	5	2	69
Суп картофельный с клецками на бульоне	.250	6	12	19	194
Курица отварная	.100	22	25	1	328
Каша гречневая с маслом сливочным	.180/5	8	9	51	282
Компот из свежих яблок с витамином С	.200	0	0	28	115
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		42	51	121	1080

Обед без первого блюда

Помидор свежий с сыром	.060	4	5	2	69
Курица отварная	.100	22	25	1	328
Каша гречневая с маслом сливочным	.180/5	8	9	51	282
Компот из свежих яблок с витамином С	.200	0	0	28	115
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		36	39	102	886

Директор Клиш Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Л. Борисова Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак2

Булочка "Веснушка"	.100	8	10	54	278
Сок	.200	1	0	25	106
		9	10	79	384

Обед

Сельдь с луком с маслом растительным	.030/3/3	7	9	2	117
Суп вермишелевый на бульоне	.250	3	3	16	123
Жаркое по-домашнему	.200	19	21	19	337
Компот из чернослива и урюка с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		33	34	109	894

Обед без первого блюда

Сельдь с луком с маслом растительным	.030/3/3	7	9	2	117
Жаркое по-домашнему	.200	19	21	19	337
Компот из чернослива и урюка с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		29	30	83	725

Директор Климу Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Л.С. Борисова Борисова Л.С.