

Меню

Наименование блюда	Выход гр.	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Макаронные изделия отварные с тертым сыром	.180/30	15	18	39	400
Какао с молоком сгущённым	.200	4	4	25	158
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Груша порционная	.100	0	0	10	47
		21	22	88	675

Завтрак2

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

Обед

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	2	68
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	.250	2	6	9	98
Каша гречневая по-купечески	.200	18	13	33	352
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Печенье в индивидуальной упаковке	.030	2	2	24	132
		27	28	130	920

Обед без первого блюда

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	2	68
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	.030	2	2	24	132
		24	21	111	776

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>					
Запеканка из творога с джемом	.150/20	23	16	50	421
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Мандарин	.120	1	0	23	107
		26	16	102	660
<u>Завтрак2</u>					
Язычок "Волжский"	.075	7	8	19	123
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
		8	8	40	211
<u>Обед</u>					
Салат витаминный (с зелёным горошком)	.100	2	6	9	97
Суп картофельный с крупой рисовой на бульоне	.250	4	6	12	157
Гуляш	.060/50	17	18	3	265
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	.180/5	5	5	33	220
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		31	35	102	937
<u>Обед без первого блюда</u>					
Салат витаминный (с зелёным горошком)	.100	2	6	9	97
Гуляш	.060/50	17	18	3	265
Каша рассыпчатая перловая с маслом сливочным	.180/5	5	5	33	220
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		28	30	100	826

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 жидкая молочная рисовая	.260	7	14	54	367
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
		22	30	112	781

Завтрак2


Булочка "Творожная"	.100	13	6	39	262
Сок	.200	1	0	25	106
		14	6	64	368

Обед

Салат из отварной свеклы с раст.маслом	.100	1	6	8	93
Суп куриный с домашней лапшой	.250/30	10	14	13	217
Рыба тушёная в томате с овощами	.075/25	15	19	27	332
Картофель отварной	.180	4	9	29	214
Компот из свежемороженых ягод	.200	1	0	29	123
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		34	49	136	1117

Обед без первого блюда

Салат из отварной свеклы с раст.маслом	.100	1	6	8	93
Рыба тушёная в томате с овощами	.075/25	15	19	27	332
Картофель отварной	.180	4	9	29	214
Компот из свежемороженых ягод	.200	1	0	29	123
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		23	34	113	854

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Хасанова Р.Ф.

Калькулятор  Борисова Л.С.



Меню

Наименование блюда	Выход гр.	Пищевая ценность			
		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	.150	2	1	31	144
		23	30	66	632

Завтрак2

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

Обед

Салат из свежих помидоров с луком и раст.маслом	.100	1	6	5	78
Борщ со сметаной	.250	6	6	15	138
Филе куриное в панировке	.100	9	22	14	352
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		26	40	117	992

Обед без первого блюда

Салат из свежих помидоров с луком и раст.маслом	.100	1	6	5	78
Филе куриное в панировке	.100	9	22	14	352
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		19	33	92	808

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 жидкая молочная из крупы пшённой	.260	9	15	46	353
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
		13	23	80	604

Завтрак2

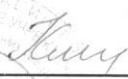

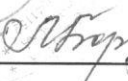
Булочка с орехами	.100	8	10	46	302
Сок	.200	1	0	25	106
		9	10	71	408

Обед

Яйцо варёное	.020	3	2	0	32
Огурец свежий порционный	.050	0	0	1	6
Суп гороховый с сухариками	.250/15	9	3	17	201
Голубцы "ленивые"	.220	15	17	27	324
Компот из урюка с витамином С	.200	1	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Апельсин порционный	.050	1	0	12	50
		32	23	115	867

Обед без первого блюда

Яйцо варёное	.020	3	2	0	32
Огурец свежий порционный	.050	0	0	1	6
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	50
		22	19	88	620

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

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

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью	.100	2	5	11	91
Рассольник ленинградский на бульоне	.250	19	16	54	189
Запеканка картофельная с мясом	.100	22	28	45	460
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		47	50	165	984

Обед без первого блюда

Салат из белокочанной капусты с морковью	.100	2	5	11	91
Запеканка картофельная с мясом	.100	22	28	45	460
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	1	20	92
		27	34	101	749

Директор Тимо Клементьева Е.А.



Шеф-повар _____ Хасанова Р.Ф.

Калькулятор В. Борисов Борисова Л.С.