

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал
<u>Завтрак</u>					
Каша жидкая молочная из манной крупы	.260	8	13	40	314
Кофейный напиток с молоком сгущенным	.200	3	2	21	113
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		13	16	86	544
<u>Завтрак2</u>					
Лепёшка с сыром	.100	10	6	52	312
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		10	6	67	374
<u>Обед</u>					
Салат из моркови с яблоками	.100	1	0	9	40
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	.250	3	5	11	109
Курица отварная	.100	22	25	1	328
Пюре из гороха с маслом сливочным	.180/5	16	8	41	301
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		46	39	117	1022
<u>Обед без первого блюда</u>					
Салат из моркови с яблоками	.100	1	0	9	40
Курица отварная	.100	22	25	1	328
Пюре из гороха с маслом сливочным	.180/5	16	8	41	301
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		42	33	96	867



 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

Суп молочный с макаронными изделиями	.250/10	6	5	19	230
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Сыр порционный	.020	5	6	0	78
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Печенье	.300	3	2	23	132
		20	17	74	629

Завтрак2

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

Обед

Салат витаминный (с кукурузой)	.100	3	6	22	155
Суп картофельный с клецками на бульоне	.250	6	12	19	194
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	.180/5	8	9	51	282
Компот из кураги с витамином С	.200	1	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
Груша порционная	.050	0	0	5	23
		36	51	169	1234

Обед без первого блюда

Салат витаминный (с кукурузой)	.100	3	6	22	155
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	.180/5	8	9	51	282
Компот из кураги с витамином С	.200	1	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Груша порционная	.050	0	0	5	23
		29	38	140	994

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

Запеканка из творога со сгущенным молоком	.150/20	25	19	48	466
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Апельсин	.150	1	0	35	150
		29	19	112	748

Завтрак2

Язычок "Волжский"	.075	7	8	19	123
Сок	.200	1	0	25	106
		8	8	44	229

Обед

Салат из свежих огурцов с зеленым луком и растительным маслом	.100	1	6	2	66
Солянка домашняя со сметаной	.250	10	20	22	347
Филе рыбы в панировке	.100	18	8	1	176
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		37	45	101	1019

Обед без первого блюда

Салат из свежих огурцов с зеленым луком и растительным маслом	.100	1	6	2	66
Филе рыбы в панировке	.100	18	8	1	176
Пюре картофельное с маслом сливочным	.180/5	4	10	25	204
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	138
		26	24	69	672


 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
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Булочка "Аппетитная" (шоколадная)	.050	4	6	29	168
		17	30	113	772

Завтрак2


Ватрушка с творогом	.100	12	7	46	309
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
		13	8	66	397

Обед

Винегрет овощной	.100	3	10	7	124
Суп из овощей со сметаной	.250	7	11	9	166
Котлета из мяса птицы (курицы)	.100	16	16	15	322
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Компот из свежемороженых ягод	.200	0	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		36	43	127	1090

Обед без первого блюда

Винегрет овощной	.100	3	10	7	124
Котлета из говядины	.100	15	23	14	328
Макаронные изделия припущенные с маслом сливочным	.180/5	7	5	38	224
Компот из свежемороженых ягод	.200	0	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	138
		27	38	107	930



 Директор Клементьева Е.А.

 Шеф-повар Хасанова Р.Ф.

 Калькулятор Борисова Л.С.

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Драчена с маслом сливочным	.150/5	17	30	9	344
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Банан	.150	2	1	31	144
		<u>22</u>	<u>32</u>	<u>70</u>	<u>618</u>

Завтрак2

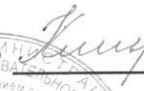
Пицца "Школьная"	.100	10	16	28	299
Чай с сахаром	.200	0	0	15	60
		<u>10</u>	<u>16</u>	<u>43</u>	<u>359</u>

Обед

Помидор свежий с сыром	.060	4	5	2	69
Рассольник ленинградский на бульоне	.250	19	16	54	189
Жаркое по-домашнему	.250	23	26	24	421
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	.200	1	0	32	196
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		<u>50</u>	<u>48</u>	<u>142</u>	<u>1013</u>

Обед без первого блюда

Помидор свежий с сыром	.060	4	5	2	69
Жаркое по-домашнему	.250	23	26	24	421
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	.200	1	0	32	196
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		<u>30</u>	<u>31</u>	<u>78</u>	<u>778</u>

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 картофелем	.075	5	3	24	160
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
		5	3	40	222

Обед

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	2	68
Суп вермишелевый на бульоне	.250	3	3	16	123
Плов из мяса птицы (филе куриное)	.250	23	11	46	375
Компот из чернослива и урюка с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.060	3	1	30	138
		31	21	126	836

Обед без первого блюда

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.100	1	6	2	68
Плов из мяса птицы (филе куриное)	.250	23	11	46	375
Компот из чернослива и урюка с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		27	17	100	667

Директор Клементьева Е.А.

Шеф-повар Хасанова Р.Ф.

Калькулятор Борисова Л.С.

