

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 | .030 | 2 | 2 | 24 | 132 |
| | | 26 | 23 | 118 | 828 |

Директор Климу 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 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 |
| | | <hr/> | <hr/> | <hr/> | <hr/> |
| | | 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 |
| | | <hr/> | <hr/> | <hr/> | <hr/> |
| | | 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 | .075/25 | 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 |
| | | <u>23</u> | <u>30</u> | <u>60</u> | <u>603</u> |

Обед

| | | | | | |
|---|---------|-----------|-----------|------------|------------|
| Салат из свежих помидоров с луком и раст. маслом | .060 | 1 | 4 | 3 | 47 |
| Борщ со сметаной | .200/15 | 5 | 5 | 12 | 110 |
| 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 |
| | | <u>22</u> | <u>34</u> | <u>116</u> | <u>925</u> |

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.

Меню

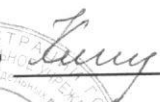
| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|-----|------|
| | гр. | Белки | Жиры | Угл | ККал |

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 | 50 |
| | | 30 | 22 | 113 | 791 |

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.