

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Каша молочная из крупы пшённой с маслом сливочным	.200/10	8	12	37	285
Какао с молоком сгущённым	.200	4	4	25	158
Сыр порционный	.020	5	6	0	78
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Печенье в индивидуальной упаковке	.040	3	3	31	176
		<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
		23	26	108	767

Обед

Салат из квашеной капусты с зелёным горошком	.060	1	2	5	52
Суп гороховый с сухариками	.200/15	8	3	25	172
Котлета куриная	.090	13	14	14	290
Каша гречневая с маслом сливочным	.150/5	9	9	39	271
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
		34	28	134	1012

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

Суп молочный с макаронными изделиями	.200/10	5	4	15	186
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Мандарин	.100	1	0	20	89
		11	7	65	446

Обед

Салат из свежих помидоров с зеленым луком и растит.маслом	.060	1	2	3	47
Борщ со сметаной	.200	4	5	12	92
Рыба припущенная	.090	17	9	1	157
Пюре картофельное с маслом сливочным	.150/5	3	10	21	176
Компот из свежемороженых ягод	.200	0	0	28	138
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		27	26	85	702

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	.150/20	23	16	50	421
Чай с лимоном	.200/7	0	0	15	62
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Банан порционный	.100	2	1	21	96
		27	17	100	649

Обед

Винегрет овощной	.060	1	6	4	75
Суп из овощей на бульоне	.200	5	9	7	133
Плов с мясом	.200	22	23	35	429
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		31	38	92	835

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 молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	.200/10	11	9	35	295
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Пряник	.050	3	4	34	187
		21	24	102	737

Обед

Огурец солёный порционный	.060	0	0	1	8
Суп куриный с домашней лапшой	.200/30	8	11	10	178
Филе рыбы в панировке	.090	16	7	1	158
Картофель отварной с маслом сливочным	.150/5	3	8	24	178
Компот из кураги и изюма с витамином С	.200	1	0	30	121
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Апельсин порционный	.100	1	0	23	54
		31	26	109	789

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

Драчена с маслом сливочным	.150/5	17	30	9	344
Чай с молоком сгущённым	.200	2	1	20	115
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Груша	.120	0	0	12	56
		22	32	56	585

Обед

Салат из свежих огурцов с луком и раст.маслом	.060	1	4	1	40
Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	.200	1	4	6	72
Котлета из говядины	.090	13	18	11	263
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	.150/5	6	4	32	189
Компот из свежих яблок и груш с витамином С	.200	0	0	28	114
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		23	31	98	770

Директор  Клементьева Е.А.

Шеф-повар  Махмутова Г.А.

Калькулятор  Борисова Л.С.

