

Меню

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
	гр.	Белки	Жиры	Угл	ККал

Завтрак

Макаронные изделия отварные с тертым сыром	.150/30	13	15	32	333
Кофейный напиток с молоком сгущенным	.200	3	2	21	113
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Апельсин порционный	.100	1	0	23	54
		19	18	91	570

Обед

Салат из квашеной капусты и свежих огурцов с раст.маслом	.060	1	3	5	50
Борщ со сметаной	.200	4	5	12	92
Плов из мяса птицы (филе куриное)	.200	18	9	36	300
Сок	.200	1	0	25	106
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Вафли в индивидуальной упаковке	.040	3	8	28	165
		29	26	126	802

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 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
Яблоко порционное	.100	0	0	10	47
		28	20	87	645

Обед

Салат из отварной свеклы с грецкими орехами и раст. маслом	.060	1	4	11	80
Суп картофельный с клецками на бульоне	.200	5	10	15	155
Шницель рыбный натуральный	.090	12	14	8	206
Пюре картофельное с маслом сливочным	.150/5	3	10	21	176
Компот из урюка с витамином С	.200	1	0	28	116
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		25	37	102	825

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 манной крупы с маслом сливочным	.200/10	6	11	32	251
Какао с молоком	.200	4	4	18	119
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Сдоба "Добрынюшка"	.060	4	3	42	215
		17	18	107	655

Обед

Яйцо варёное	.020	3	2	0	32
Огурец свежий порционный	.050	0	0	1	6
Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	.200	1	4	6	72
Курица отварная	.090	19	22	1	295
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	.150/5	6	4	32	189
Компот из свежемороженых ягод	.200	0	0	28	138
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		32	34	88	824

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
Чай с молоком сгущённым	.200	2	1	20	115
Масло сливочное порционное	.010	0	7	0	66
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Груша	.120	0	0	12	56
		19	35	49	606

Обед

Помидор свежий с сыром	.060	4	5	2	69
Солянка домашняя со сметаной	.200	6	15	11	218
Рыба припущенная	.090	15	7	1	131
Каша рисовая с маслом сливочным	.150/5	4	8	39	234
Напиток из плодов шиповника	.200	1	0	21	88
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
		33	35	94	832

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 крупы пшённой с маслом сливочным	.200/10	8	12	37	285
Кофейный напиток с молоком	.200	3	3	16	101
Сыр порционный	.020	5	6	0	78
Батон нарезной	.030	2	0	14	70
Печенье в индивидуальной упаковке	.040	3	2	27	151
		22	22	94	685

Обед

Салат "Степной"	.060	1	4	6	60
Суп вермишелевый на бульоне	.200	3	2	13	98
Жаркое по-домашнему	.200	19	21	19	337
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	.200	1	0	32	132
Хлеб ржано-пшеничный	.040	2	0	20	92
Банан порционный	.100	2	1	21	96
		27	28	110	815

Директор _____ Клементьева Е.А.

Шеф-повар _____ Махмутова Г.А.

Калькулятор _____ Борисова Л.С.