

Смирнов С. А.



Меню
Понедельник - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 51,94 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
ИТОГО: 540 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,19 г, Жиры - 22,01 г, Углеводы - 91,36 г, Калорийность - 655,68 ккал		
Стоимость			68,44
Обед			
50	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20 ккал	пор	
50	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,43 г, Жиры - 0,3 г, Углеводы - 4,95 г, Калорийность - 28,9 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем Пищевая ценность: Белки - 1,94 г, Жиры - 5,82 г, Углеводы - 6,3 г, Калорийность - 109,34 ккал	пор	
100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 11,84 г, Жиры - 11,7 г, Углеводы - 4,03 г, Калорийность - 168,23 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
180	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,8 г, Жиры - 24,14 г, Углеводы - 106,78 г, Калорийность - 783,47 ккал		
Стоимость			74,93
ИТОГО: 1 430,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 47,99 г, Жиры - 46,15 г, Углеводы - 198,14 г, Калорийность - 1 439,15 ккал		

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству *Смирнов С. А.* / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: *Родина В. Ф.* / (Родина Валентина Федоровна)

Рук. производственного отдела *Яушкина М. Н.* / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор *Смирнов С. А.* / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11

Иванов



Меню
Вторник - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
15	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 51,6 ккал	пор	
250	Каша пшённая молочная Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 57,61 г, Калорийность - 355,34 ккал	пор	
200	Кофейный напиток Пищевая ценность: Белки - 2,66 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 113,4 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
ИТОГО: 545 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,43 г, Жиры - 16,24 г, Углеводы - 114,07 г, Калорийность - 696,74 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из свеклы с яблоками Пищевая ценность: Белки - 1,14 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 11,52 г, Калорийность - 106,64 ккал	пор	
250	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 12,49 г, Калорийность - 149,13 ккал	пор	
100	Шницель рубленый из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 18,5 г, Жиры - 20,43 г, Углеводы - 12,37 г, Калорийность - 304,98 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 37,58 г, Жиры - 38,09 г, Углеводы - 115,59 г, Калорийность - 976,71 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 435,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 61,01 г, Жиры - 54,33 г, Углеводы - 229,66 г, Калорийность - 1 673,45 ккал
--------------------	--

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству *Иванов* / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: *Яшук* / (Яшук)

Рук. производственного отдела *Яшук* / (Яшук Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор *Родина* / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11

Смирнов *С.А. Давыдов*



Меню
Среда - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
200	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком Пищевая ценность: Белки - 24,03 г, Жиры - 19,39 г, Углеводы - 49,72 г, Калорийность - 473,94 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 53,3 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
200	Сок 200 мл в инд.уп. Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
ИТОГО: 640 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 27,06 г, Жиры - 19,85 г, Углеводы - 103,69 г, Калорийность - 705,24 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 4,15 г, Калорийность - 104,57 ккал	пор	
250	Щи из свежей капусты с картофелем Пищевая ценность: Белки - 2,06 г, Жиры - 5,86 г, Углеводы - 4,13 г, Калорийность - 108,99 ккал	пор	
130	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,5 г, Жиры - 27,47 г, Углеводы - 15,6 г, Калорийность - 366,94 ккал	пор	
180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал	пор	
180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 920,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 32 г, Жиры - 46,07 г, Углеводы - 124,56 г, Калорийность - 1 087,74 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 560,04 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 59,06 г, Жиры - 65,91 г, Углеводы - 228,25 г, Калорийность - 1 792,98 ккал
--------------------	--

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству *Смирнов* / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: *Родина* / (Родина Валентина Федоровна)

Рук. производственного отдела *Яушкина* / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор *Родина* / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11

Смирнов С.А. Родина В.Ф.



Меню
Четверг - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
40	Горошек зеленый отварной <small>Пищевая ценность: Белки - 1,24 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 16 ккал</small>	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы <small>Пищевая ценность: Белки - 12,62 г, Жиры - 19,5 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 279,22 ккал</small>	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая <small>Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал</small>	пор	
200	Кисель витаминизированный <small>Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 24,18 г, Калорийность - 97,9 ккал</small>	пор	
40	Хлеб пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 560 гр	<small>Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,73 г, Жиры - 25,22 г, Углеводы - 98,74 г, Калорийность - 708,49 ккал</small>		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из моркови с сахаром <small>Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал</small>	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем <small>Пищевая ценность: Белки - 1,94 г, Жиры - 5,82 г, Углеводы - 6,3 г, Калорийность - 109,34 ккал</small>	пор	
250	Жаркое по-домашнему <small>Пищевая ценность: Белки - 18,34 г, Жиры - 21,18 г, Углеводы - 4,6 г, Калорийность - 379,44 ккал</small>	пор	
180	Компот ассорти <small>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал</small>	пор	
40	Хлеб пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал</small>	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал</small>	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг <small>Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 860,04 гр	<small>Пищевая ценность обеда: Белки - 27,73 г, Жиры - 28,02 г, Углеводы - 70,82 г, Калорийность - 772,37 ккал</small>		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 420,04 гр	<small>Пищевая ценность дня: Белки - 49,46 г, Жиры - 53,25 г, Углеводы - 169,56 г, Калорийность - 1 480,86 ккал</small>
--------------------	---

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству *Игорь Чернов* / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: *Марина Яушкина* / (Яушкина Марина Николаевна)

Рук. производственного отдела *Валентина Родина* / (Родина Валентина Федоровна)

Экономист-калькулятор *Валентина Родина* / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Пятница - 2 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20	Джем Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 13 г, Калорийность - 50 ккал	пор	
250	Каша манная молочная Пищевая ценность: Белки - 7,61 г, Жиры - 7,13 г, Углеводы - 41,44 г, Калорийность - 261,43 ккал	пор	
200	Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,48 г, Жиры - 10,59 г, Углеводы - 110,98 г, Калорийность - 602,56 ккал		
Стоимость			68,44

Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой Пищевая ценность: Белки - 2,01 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,83 ккал	пор	
250	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 8,8 г, Калорийность - 97,65 ккал	пор	
130	Рыба, тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 20,17 г, Жиры - 6,14 г, Углеводы - 1,48 г, Калорийность - 142,54 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 920,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 36,87 г, Жиры - 22,27 г, Углеводы - 80,14 г, Калорийность - 785,77 ккал		
Стоимость			74,93

ИТОГО: 1 470,04 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 53,36 г, Жиры - 32,86 г, Углеводы - 191,11 г, Калорийность - 1 388,33 ккал

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству Игорь Чернов (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: Вячеслав Рыжов (Рыжов Вячеслав)

Рук. производственного отдела Марина Яушкина (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Валентина Родина (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11