



Согласовано
Меню
Понедельник 3-Младшие

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|--|----------|------|
| Завтрак | | | |
| 180 | Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| 150 | Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| ИТОГО: 570 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,53 г, Жиры - 11,97 г, Углеводы - 93,32 г, Калорийность - 556,64 ккал | | |
| Стоимость | | | |

| | | | |
|------------------|--|-----|--|
| Обед | | | |
| 60 | Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,6 ккал | пор | |
| 200 | Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,95 г, Калорийность - 65,68 ккал | пор | |
| 90 | Котлеты рубленные из мяса Пищевая ценность: Белки - 12,74 г, Жиры - 20,75 г, Углеводы - 12,42 г, Калорийность - 288,74 ккал | пор | |
| 150 | Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 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 | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 740 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 24,31 г, Жиры - 28,5 г, Углеводы - 89,44 г, Калорийность - 714,42 ккал | | |
| Стоимость | | | |

| | | | |
|------------------|--|-----|---------------|
| Полдник | | | |
| 100 | Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал | пор | |
| 200 | Снежок Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 9,4 г, Калорийность - 105 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 17,9 г, Жиры - 17,76 г, Углеводы - 87,03 г, Калорийность - 579,06 ккал | | |
| Стоимость | | | 200,54 |

| | | | |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 610 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 59,74 г, Жиры - 58,23 г, Углеводы - 269,79 г, Калорийность - 1 850,12 ккал | | |
|-----------------|--|--|--|

Зам. директора по производству [Подпись] ((Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: [Подпись] (/)

Рук. производственного отдела [Подпись] ((Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор [Подпись] ((Родина Валентина Федоровна)



Вторник - 3 Младшие

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|---|----------|---------------|
| Завтрак | | | |
| 50 | Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал | пор | |
| 200 | Каша пшённая молочная Пищевая ценность: Белки - 5,67 г, Жиры - 4,34 г, Углеводы - 27,62 г, Калорийность - 172,82 ккал | пор | |
| 200 | Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром" Пищевая ценность: Белки - 2,46 г, Жиры - 2,25 г, Углеводы - 16,38 г, Калорийность - 95,61 ккал | пор | |
| 50 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал | пор | |
| ИТОГО: 500 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,63 г, Жиры - 18,49 г, Углеводы - 69,3 г, Калорийность - 542,93 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,5 ккал | пор | |
| 200 | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне, Пищевая ценность: Белки - 4,31 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 9,35 г, Калорийность - 96,81 ккал | пор | |
| 185 | Пельмени Пищевая ценность: Белки - 14,44 г, Жиры - 32,43 г, Углеводы - 50,47 г, Калорийность - 555,05 ккал | пор | |
| 180 | Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 685 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 25,12 г, Жиры - 38,67 г, Углеводы - 112,74 г, Калорийность - 902,37 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Полдник | | | |
| 100 | Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 ккал | пор | |
| 200 | Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 10,79 г, Жиры - 13,74 г, Углеводы - 81,08 г, Калорийность - 491,31 ккал | | |
| Стоимость | | | 200,54 |
| ИТОГО: 1 485 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 60,54 г, Жиры - 70,89 г, Углеводы - 263,11 г, Калорийность - 1 936,61 ккал | | |

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

Зав. производством: _____ / ()

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

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

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Среда - 3 Младшие

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------------|---|----------|---------------|
| Завтрак | | | |
| 120 | Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 13,08 г, Жиры - 25,78 г, Углеводы - 14,4 г, Калорийность - 343,06 ккал | пор | |
| 150 | Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал | пор | |
| 200 | Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| ИТОГО: 510 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,05 г, Жиры - 30,28 г, Углеводы - 68,42 г, Калорийность - 632,21 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,4 г, Углеводы - 5,4 г, Калорийность - 81,6 ккал | пор | |
| 200 | Суп гороховый на бульоне Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,09 г, Калорийность - 129,44 ккал | пор | |
| 200 | Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 16,52 г, Жиры - 18,59 г, Углеводы - 35,95 г, Калорийность - 376,68 ккал | пор | |
| 180 | Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 700 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 27,56 г, Жиры - 30,71 г, Углеводы - 98,24 г, Калорийность - 793,16 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Полдник | | | |
| 100 | Пирожок с повидлом Пищевая ценность: Белки - 9,04 г, Жиры - 11,55 г, Углеводы - 64,59 г, Калорийность - 394,32 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 9,24 г, Жиры - 11,6 г, Углеводы - 77,64 г, Калорийность - 447,71 ккал | | |
| Стоимость | | | 200,54 |
| ИТОГО: 1 510 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 57,86 г, Жиры - 72,59 г, Углеводы - 244,3 г, Калорийность - 1 873,08 ккал | | |

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

Зав. производством: _____/()

Рук. производственного отдела _____/(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор _____/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Четверг - 3 Младшие

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|--|----------|---------------|
| Завтрак | | | |
| 15 | Сыр (порциями) Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 51,6 ккал | пор | |
| 200 | Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 ккал | пор | |
| 200 | Кофейный напиток Пищевая ценность: Белки - 2,22 г, Жиры - 2,25 г, Углеводы - 16,32 г, Калорийность - 94,5 ккал | пор | |
| 40 | Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал | пор | |
| 150 | Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| ИТОГО: 605 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,35 г, Жиры - 13,87 г, Углеводы - 83,19 г, Калорийность - 524,07 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Помидоры свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,4 ккал | пор | |
| 200 | Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 4,64 г, Углеводы - 10,08 г, Калорийность - 88,32 ккал | пор | |
| 90 | Бризоль Пищевая ценность: Белки - 23,95 г, Жиры - 23,86 г, Углеводы - 8,25 г, Калорийность - 350,45 ккал | пор | |
| 150 | Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал | пор | |
| 180 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 740 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 35,89 г, Жиры - 34,03 г, Углеводы - 83,08 г, Калорийность - 791,17 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Полдник | | | |
| 100 | Пирожок с капустой и яйцом Пищевая ценность: Белки - 12,92 г, Жиры - 14,51 г, Углеводы - 45,18 г, Калорийность - 363,1 ккал | пор | |
| 200 | Кисель витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 24,18 г, Калорийность - 97,9 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 12,92 г, Жиры - 14,51 г, Углеводы - 69,36 г, Калорийность - 461 ккал | | |
| Стоимость | | | 200,54 |
| ИТОГО: 1 645 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 64,16 г, Жиры - 62,41 г, Углеводы - 235,63 г, Калорийность - 1 776,24 ккал | | |

Зам. директора по производству Игорь Васильевич Чернов /Игорь Васильевич

Зав. производством: _____ /()

Рук. производственного отдела Марина Николаевна Яушкина /Марина Николаевна

Экономист-калькулятор Валентина Федоровна Родина /Валентина Федоровна

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню
Пятница - 3 Младшие

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|--|----------|---------------|
| Завтрак | | | |
| 170 | Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком Пищевая ценность: Белки - 22,81 г, Жиры - 13,2 г, Углеводы - 46,44 г, Калорийность - 400,47 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 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: 610 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,05 г, Жиры - 13,58 г, Углеводы - 101,56 г, Калорийность - 637,86 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,5 ккал | пор | |
| 200 | Суп с вермишелью на бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,95 г, Калорийность - 76,48 ккал | пор | |
| 90 | Цыпленок запеченный (голень) Пищевая ценность: Белки - 23,4 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 0,48 г, Калорийность - 225,35 ккал | пор | |
| 150 | Пюре из бобовых с маслом Пищевая ценность: Белки - 17,28 г, Жиры - 4,1 г, Углеводы - 36,13 г, Калорийность - 250,69 ккал | пор | |
| 180 | Кисель Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 21,76 г, Калорийность - 88,11 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 740 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 50,23 г, Жиры - 21,38 г, Углеводы - 99,29 г, Калорийность - 799,33 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Полдник | | | |
| 100 | Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,92 г, Калорийность - 436,57 ккал | пор | |
| 200 | Ряженка Пищевая ценность: Белки - 5,8 г, Жиры - 5 г, Углеводы - 8,4 г, Калорийность - 108 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 16,36 г, Жиры - 18,68 г, Углеводы - 76,32 г, Калорийность - 544,57 ккал | | |
| Стоимость | | | 200,54 |
| ИТОГО: 1 650 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 92,64 г, Жиры - 53,63 г, Углеводы - 277,16 г, Калорийность - 1 981,76 ккал | | |

Зам. директора по производству _____ //Чернов Игорь Васильевич
 Зав. производством: _____ //
 Рук. производственного отдела _____ //Яушкина Марина Николаевна
 Экономист-калькулятор _____ //Родина Валентина Федоровна



Меню
Суббота - 3 Младшие

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|--|----------|---------------|
| Завтрак | | | |
| 200 | Каша манная молочная Пищевая ценность: Белки - 4,28 г, Жиры - 3,55 г, Углеводы - 24,78 г, Калорийность - 148,79 ккал | пор | |
| 200 | Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| 40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| 150 | Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| ИТОГО: 590 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 8,16 г, Жиры - 4,53 г, Углеводы - 72,32 г, Калорийность - 368,04 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,6 ккал | пор | |
| 200 | Суп картофельный с крупой Пищевая ценность: Белки - 4,2 г, Жиры - 2,35 г, Углеводы - 12,27 г, Калорийность - 86,46 ккал | пор | |
| 120 | Рыба, тушеная с овощами Пищевая ценность: Белки - 19,38 г, Жиры - 16,9 г, Углеводы - 1,33 г, Калорийность - 198,75 ккал | пор | |
| 150 | Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 ккал | пор | |
| 180 | Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал | пор | |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал | пор | |
| ИТОГО: 770 гр | Пищевая ценность обеда: Белки - 32,32 г, Жиры - 24,37 г, Углеводы - 85,68 г, Калорийность - 656,19 ккал | | |
| Стоимость | | | |
| Полдник | | | |
| 100 | Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал | пор | |
| 200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300 гр | Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21 г, Жиры - 10,8 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 386,87 ккал | | |
| Стоимость | | | 200,54 |
| ИТОГО: 1 660 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 48,69 г, Жиры - 39,69 г, Углеводы - 222,11 г, Калорийность - 1 411,1 ккал | | |

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

Зав. производством: _____ (/)

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

Экономист-калькулятор Валентина Родина ((Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11