

Меню

Дата
Понедельник

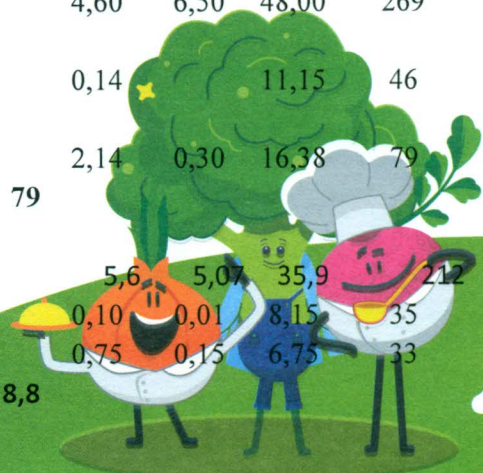
Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/8		6,26	10,66	15,48	184
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
Итого	35	11,87	16,64	43,3	372	
Комплекс 55,00						
Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
Рис отварной	160		4,089	5,8	42,67	239
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого	55	15,38	16,65	68,7	490	
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат-бар (огурцы свеж, помидоры свеж, фасоль конс, сухарики, масло раст.)	60		1,62	6,1	6,92	90
Грудка куриная в томатном соусе	45/45		10,45	6,5	3,27	113
Рис отварной	140		3,57	5,07	37,34	209
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,10	0,04	10,70	44
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	66,80	16,95	18,77	66,30	496	
Обед						
Холодные закуски						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,40	11,70	15,50	178
Салат-бар (помидоры св, огурцы св, фасоль конс, сухарики, масло раст.)	100		2,00	6,20	8,10	97
Вторые блюда						
Рыба (филе) по-Московски	85/20		20,2	13,7	1,8	212
Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,90	10,60	3,60	150
Плов с говядиной	40/120		11,10	13,30	34,50	305
Гарниры						
Макаронные изделия отварные	180		6,8	5,4	43,1	248
Рис отварной	180		4,60	6,50	48,00	269
Напитки						
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14		11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/15		2,14	0,30	16,38	79
Итого:	8,8	5,6	5,07	35,9	212	
Макаронны отварные с мас. раст	140		5,6	5,07	35,9	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,10	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33

Директор
Калькулятор

Зав. производством

Хлеб ржано-пшеничный

8 (800) 234 33 88
poelidovolen.ru



Меню

Дата
Вторник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Десерт фруктовый яблоки	100		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изд.отварные с сыром	150		7,9	7,01	38,2	254
Напиток из вишни	180		0,11	0,03	10,41	43
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35		10,28	8,16	71,26	410

Комплекс 55 руб

Шашлык из куриных грудок с Переменкой на шампуре	70		13,3	13,4	0,9	176
Капуста тушеная	100		2,4	4,1	10	88
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого	55		16,47	17,65	25,55	329

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие яблоки	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар (огурцы св, капуста белок, кукуруза конс, сухарики, масло раст)	60		5,43	6,65	6,78	108
Жаркое по-домашнему	40/120		8,64	7,50	6,78	108
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	189
Напиток из вишни	200		0,12	0,9	30,8	131
Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	66,80		15,81	16,08	67,10	473

Обед

Холодные закуски

Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,20	4,90	15,40	131
Плоды свежие яблоки	120		0,48	0,48	11,80	56

Вторые блюда

Шашлык из куриных грудок с Переменкой на шампуре	90		17,10	17,20	1,20	226
Жаркое по-домашнему с говядиной	40/120		10,30	10,90	21,60	226

Гарниры

Спагетти отварные масло слив.	180		6,77	5,40	43,14	248
-------------------------------	-----	--	------	------	-------	-----

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
-------------------------------------	-------	--	--	--	------	----

Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный 1с	20/15		2,14	0,30	16,38	79
-----------------------------------	-------	--	------	------	-------	----

Дисконт 8,80 руб

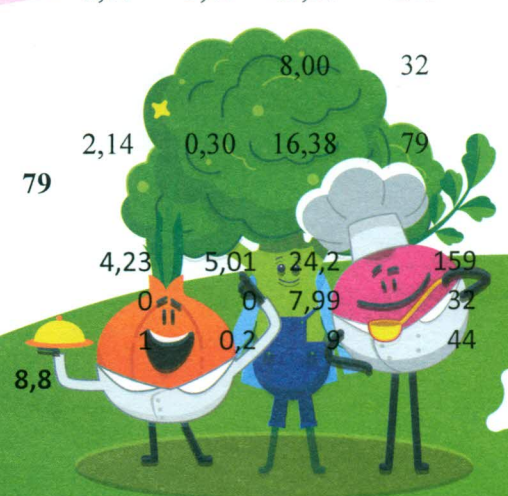
Калькулятор

Зав. производством

8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

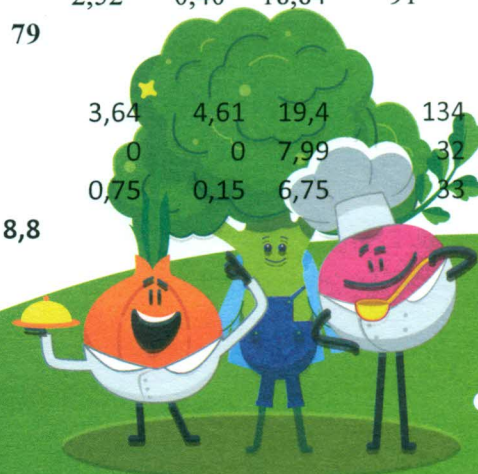
Дата
Среда

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Блинчики со сгущенным молоком	2шт/90/10		5,67	7,19	10,45	139
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Батон	36		2,7	1,04	18,5	94
Итого	35		8,51	15,49	36,37	330
Комплекс 55 руб						
Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20,1	25	331
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого	55		14,52	20,4	46,4	429
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат-бар (свекла отв., морковь св, зел.горошек конс, сухарики, масло раст)	60		2,53	6,1	15,07	125
Сосиски отварные	2шт/100		8,60	4,80	11,75	125
Макаронны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,40	52
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	66,80		17,83	18,64	76,42	539
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с маслом (с батоном)	30/15		2,40	11,70	15,50	178
Вторые блюда						
Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20	24,9	331
Рыба запеченная филе	90		20,80	11,90	3,90	205
Гарниры						
Овощная смесь отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Напитки						
Чай черный пакетир.с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,52	0,40	18,84	91
Комплекс 8,80 руб.						
Каша полбяная вязкая	140		3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8		0	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	8,8					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Масло слив.порциями	10		0,08	7,25	0,08	66
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
Кисель из концентрата	180				11,79	47
Батон	45		3,37	1,3	23,13	118
Итого	35	12,99	18,52	18,52	53,66	435
Комплекс 55 руб						
Цыплята запеченные	90		24,03	22,1	0,9	299
Рагу овощное	120		2,28	6,12	13,44	119
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		0,8	0,06	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого	55	27,86	28,38	39,59	530	530
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие яблоки	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар (помидоры свеж, морковь св, кукуруза конс., сухарики, масло раст)	60		1,95	6,18	12,3	112
Плов с куриными грудками	40/120		13,14	12	34	297
Сок	180		0,90	0,18	18,20	83
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	66,80	17,64	19,84	83,72	585	585
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	120		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с сыром (батон)	25/15		6,20	4,90	15,40	131
Салат-бар (помидоры св, морковь свеж, горошек зеленый конс, сухарики, масло раст)	100		1,90	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332
Плов с куриными грудками	50/150		18,90	22,10	40,00	442
Гарниры						
Спагетти отварные м/слив	180		6,8	5,4	43,1	248
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	25/20		2,52	0,40	18,84	91

Комплекс 8,80 руб.

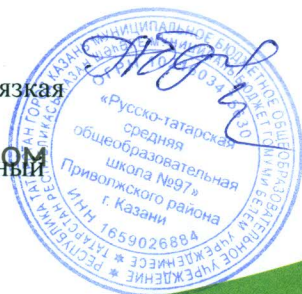
Каша геркулесовая вязкая

Чай с сахаром

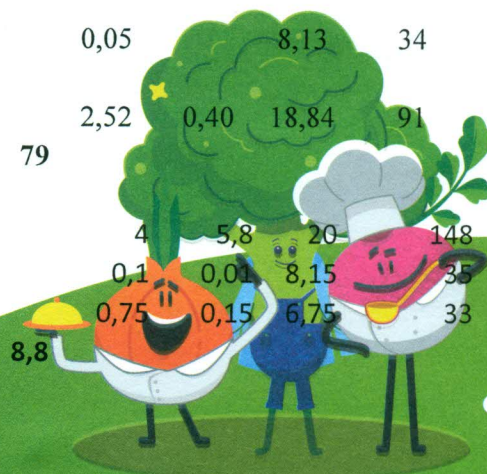
Хлеб ржано-пшеничный

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого:



Меню

Дата
Пятница

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с маслом батон	40/15		3,12	12,03	20,68	204
Каша вязкая молочная из рисовой и пшенной круп	150/5		5,97	6,85	25,68	191
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Вафли весовые	1шт/20		0,78	6,12	12,5	108
Итого		35				

Комплекс 55 руб

Котлеты мясо-картофельные	90		7,1	5,1	10,9	118
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,6	48
Хлеб пшеничный (белый)	35		2,66	0,28	17,2	82
Итого		55	14,08	10,98	66,13	421

Горячее бесплатное питание младшие

Салат-бар (морковь св, капуста белок., зеленый гор.конс.,сухарики, масло раст)	60		3,59	6,10	18,00	141
Биточки рыбные из фарша минтая	90		9,80	2,01	10,20	98
Пюре картофельное с маслом слив.	140/5		3,10	7,97	20,59	169
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	40
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:		66,80	17,76	17,16	67,30	490

Обед

Холодные закуски

Плоды свежие	120		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с маслом батон	30/15		2,40	11,70	15,50	178

Вторые блюда

Рыба филе по-Итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
Шашлык из куриных грудок с переменной на шамп	90		17,1	17,2	1,2	226
Гуляш из говядины	50/50		15,20	17,70	2,84	231

Гарниры

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изд.отварные масло слив.	180		6,8	5,4	43,1	248

Напитки

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
-------------------------------------	-------	--	--	--	------	----

Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	25/20		2,52	0,40	18,84	91
------------------------------------	-------	--	------	------	-------	----

Директор
Комплекс 8,80 руб.

Кассир
Макаронные с маслом раст

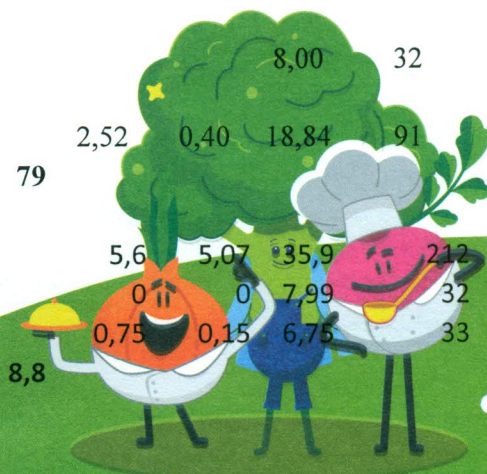
Зав. производством
Най-производителем

Хлеб ржано-пшеничный
8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Итого:



Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов	Выход	Стои-т	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Обед						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,80	56
Сосиски отварные	2шт/100		10,40	20,10	0,80	226
Спагетти отварные с м/слив	180		6,77	5,40	43,14	248
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,50	0,30	13,50	66
Итого	79					
Комплекс 8,80 руб.						
Каша гречневая вязкая	140		3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	200/8		0,00	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:	8,8					

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

