

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	200/8		0,06	0,01	7,34	31
Батон	30		2,7	1,04	18,5	94
Итого	35	8,02	12,31	55,93	372	
Комплекс 55 руб						
Котлеты Школьные	90		11,46	9,9	9,6	172
Картофель запеченный с паприкой	130		3	7,1	24,6	175
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	15,23	17,15	48,85	412	
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат-бар (свекла отв., капуста белок, кукуруза конс, сухарики, масло раст)	60		1,59	6,16	8,16	95
Сосиски отварные	2шт/100		8,60	4,80	11,75	125
Каша гречневая вязкая	140		3,26	4,33	22,13	134
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	14,80	16,47	63,89	451	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	100		0,40	0,40	9,80	47
Салат Прага (филе курин., морковь, огурцы солен., яйцо, соус Перемен.)	70		4,40	8,30	1,30	98
Бутерброд с маслом (с батонном)	30/15		2,40	11,70	15,50	178
Вторые блюда						
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,2	209
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,30	171
Гарниры						
Картофель запеченный с паприкой	150		3,51	8,25	28,4	202
Макаронные изделия отварные	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Напитки						
Чай черный пакетир.с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:	79	8,8	36,4	46,1	19,4	134
Комплекс 8,80 руб.	150		0,75	0,15	6,75	33
Каша гречневая вязкая	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Чай с сахаром	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33

Директор
Калькулятор

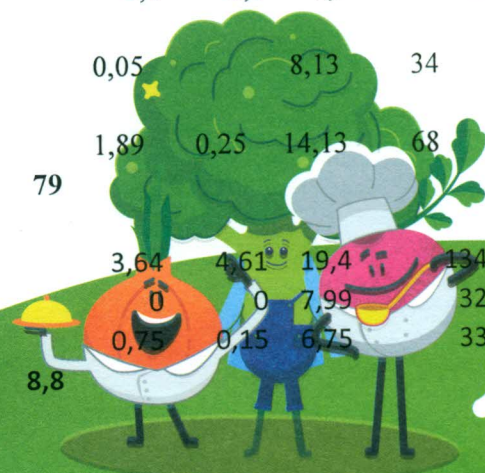
Зав. производством



8(800)234 33 88



poelidovolen.ru



Меню

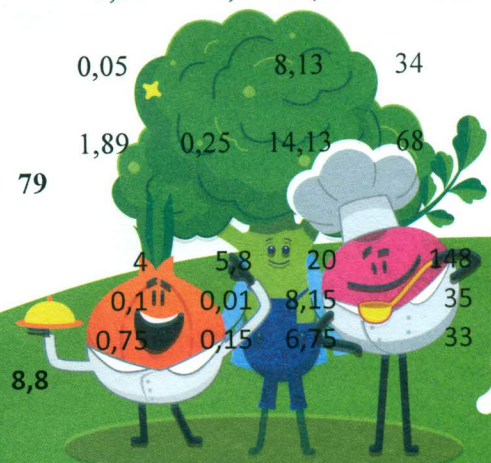
Дата
Четверг

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 гречневой крупы с маслом	150/5		5,9	5,61	30,78	204
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого	35	11,8	17,58	51,84	423	
Комплекс 55 руб						
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,2	0,8	294
Рагу овощное	120		2,28	6,12	13,44	119
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого	55	13,75	26,53	31,34	423	
Горячее бесплатное питание младшие						
Десерт фруктовый яблоки	80		0,32	0,32	7,84	38
Салат-бар (капуста кваш.,морковь свеж., фасоль конс., сухарики, масло раст)	60		1,86	6,08	7,76	94
Плов с говядиной	40/120		12,2	10,6	30,65	267
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	66,80	15,67	18,08	63,66	477	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56
Бутерброд с сыром (батон)	25/15		6,20	4,90	15,40	131
Салат Столичный с соусом Переменка	75		4,97	12,09	5,06	149
Вторые блюда						
Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
Шашлык из куриных грудок с переменной на шамп	80		26,70	24,50	1,00	332
Плов с говядиной	40/120		18,90	22,10	40,00	442
Гарниры						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные м/слив	180		6,72	6,1	43,1	254
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:	79	8,8	26,75	26,75	148,33	

Директор
Комплекс 8,80 руб.
Калькулятор
Каша полбяная вязкая
Зав. ПРОИЗВОДСТВОМ
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный



poelidovolen.ru



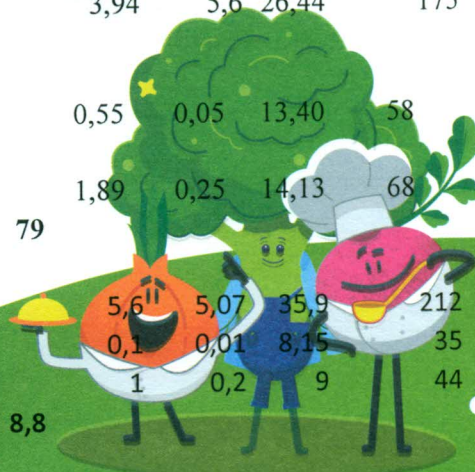
Меню



Дата
Пятница

Наименование продуктов	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром, маслом батон	25/15/10		5,9	11,96	12,93	184
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с мас	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Напиток яблочный	200		0,1	0,1	12,43	52
Итого		35				
Комплекс 55 руб						
Цыплята запеченные	90		7,1	5,1	10,9	118
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Кисель из концентрата	200		0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого		55	29,23	27,37	49,31	564
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат-бар (морковь св, капуста белок., зеленый гор.конс.,сухарики, масло раст)	60		1,59	6,10	7,25	91
Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		8,20	5,00	25,23	179
Пюре картофельное	140		3,06	4,35	20,56	136
Напиток из урюка	200		2,86	2,06	20,34	111
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:		66,80	16,96	18,59	82,80	563
Обед						
Холодные закуски						
Фрукты свежие яблоки	100		0,48	0,48	11,80	56
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/раст)	75		5,52	11,25	8,36	158
Бутерброд с сыром, маслом батон	30/15/10		6,30	12,10	15,50	197
Вторые блюда						
Рыба филе запеченная с сыром	70/5		17,6	10,9	3,6	183
Птица запеченная (цыплята)	100		17,1	17,2	1,2	226
Ежики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,40	9,23	169
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
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,40	58
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:		79	5,6	5,07	35,9	212
Итого:		8,8	0,1	0,01	8,15	35
Итого:		20	1	0,2	9	44

Директор
Калькулятор
Зав. производством
Комплекс 880 руб
Каша пшеничная вязкая
8(800)234-33-88
Чай с сахаром
Хлеб ржано-пшеничный
roelidovolen.ru



Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов	Выход	Стои-т	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Обед						
Плоды свежие яблоки						
Пельмени Для умников и умниц отварные с соусом	120		0,48	0,48	11,80	56
Переменка	160/15		19,00	23,70	34,30	427
Сок в ассортименте разливной 1л	25		1,25	0,30	11,25	55
Хлеб ржано-пшеничный						
Итого		79				
Комплекс 8,80 руб.						
Макароны отварные с маслом раст	150		3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,00	0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,8				



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

