



**Меню**  
**Понедельник - 1 с 11 лет и старше**

| Выход  | Название   | Ед.<br>изм. | Цена  |
|--|--|-------------|-------|
| Завтрак  |  |             |       |
| 10   | Масло порционно<br>Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал                      | пор         |       |
| 200  | Омлет натуральный<br>Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал                 | пор         |       |
| 200  | Чай с сахаром<br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал                       | пор         |       |
| 40   | Батон<br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал                                    | пор         |       |
| 150  | Фрукт (яблоко)<br>Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал                         | пор         |       |
| ИТОГО: 600 гр  | Пищевая ценность завтрака: Белки - 37,92 г, Жиры - 45,06 г, Углеводы - 52,34 г, Калорийность - 770,39 ккал                           |             |       |
| Стоимость  |  |             | 68,44 |
| Обед   |  |             |       |
| 100  | Икра овощная<br>Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал                                 | пор         |       |
| 250  | Щи из свежей капусты с на бульоне<br>Пищевая ценность: Белки - 2,05 г, Жиры - 5,87 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 107,82 ккал | пор         |       |
| 250  | Плов из мяса птицы<br>Пищевая ценность: Белки - 20,53 г, Жиры - 23,02 г, Углеводы - 53,71 г, Калорийность - 503,21 ккал              | пор         |       |
| 180  | Компот из сухофруктов<br>Пищевая ценность: Белки - 0,03 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 12,44 г, Калорийность - 49,93 ккал              | пор         |       |
| 40   | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                        | пор         |       |
| 40   | Хлеб ржано-пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                | пор         |       |
| ИТОГО: 860 гр  | Пищевая ценность обеда: Белки - 30,74 г, Жиры - 39,54 г, Углеводы - 125,84 г, Калорийность - 994,57 ккал                             |             |       |
| Стоимость  |  |             | 74,93 |
| ИТОГО: 1 460 гр    Пищевая ценность дня: Белки - 68,66 г, Жиры - 84,6 г, Углеводы - 178,18 г, Калорийность - 1 764,96 ккал |  |             |       |

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

Зав. производством: О.А. Яушкина / ()

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

Экономист-калькулятор В.Ф. Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11





**Меню**  
**Вторник - 1 с 11 лет и старше**

| Выход         | Название  | Ед. изм. | Цена  |
|---------------|---|----------|-------|
| Завтрак       |   |          |       |
| 50            | Печенье<br>Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал  | пор      |       |
| 250           | Каша манная молочная с маслом<br>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" / чай с сахаром<br>Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 ккал | пор      |       |
| 50            | Батон<br>Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал  | пор      |       |
| ИТОГО: 550 гр | Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,97 г, Жиры - 18,02 г, Углеводы - 118,74 г, Калорийность - 706,16 ккал   |          |       |
| Стоимость     |   |          | 68,44 |

| Обед          |   |  |       |
|---------------|---|--|-------|
| 100           | Салат из свеклы с яблоками<br>Пищевая ценность: Белки - 1,14 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 11,52 г, Калорийность - 106,64 ккал       | пор  |       |
| 250           | Суп гороховый на бульоне<br>Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 18,54 г, Калорийность - 148,66 ккал         | пор  |       |
| 100           | Котлеты рубленые из мяса птицы<br>Пищевая ценность: Белки - 12,47 г, Жиры - 19,73 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 282,78 ккал | пор  |       |
| 180           | Картофельное пюре<br>Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал                 | пор  |       |
| 180           | Чай с лимоном<br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал                     | пор  |       |
| 40            | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                       | пор  |       |
| 40            | Хлеб ржано-пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал               | пор  |       |
| ИТОГО: 890 гр |   | Пищевая ценность обеда: Белки - 30,32 г, Жиры - 37,87 г, Углеводы - 122,58 г, Калорийность - 956,13 ккал |       |
| Стоимость     |   |  | 74,93 |

|                 |   |
|-----------------|---|
| ИТОГО: 1 440 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 48,29 г, Жиры - 55,9 г, Углеводы - 241,32 г, Калорийность - 1 662,29 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





Согласовано  
Меню  
Среда - 1 с 11 лет и старше

| Выход   | Название   | Ед. изм. | Цена  |
|---|--|----------|-------|
| Завтрак   |  |          |       |
| 130   | Тефтели мясные с томатным соусом<br>Пищевая ценность: Белки - 13,86 г, Жиры - 21,27 г, Углеводы - 15,55 г, Калорийность - 308,4 ккал             | пор      |       |
| 180   | Каша гречневая вязкая<br>Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал                         | пор      |       |
| 200   | Чай с лимоном<br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал                                  | пор      |       |
| 40  | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                    | пор      |       |
| ИТОГО: 550 гр   | Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,72 г, Жиры - 26,73 г, Углеводы - 73,58 г, Калорийность - 625,72 ккал                                       |          |       |
| Стоимость   |  |          | 68,44 |
| Обед  |  |          |       |
| 100   | Салат из моркови с изюмом<br>Пищевая ценность: Белки - 1,31 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 23,18 г, Калорийность - 100,69 ккал                     | пор      |       |
| 250   | Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне<br>Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 119,09 ккал | пор      |       |
| 185   | Пельмени<br>Пищевая ценность: Белки - 0,04 г, Жиры - 3,63 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 33,05 ккал  | пор      |       |
| 180   | Компот из свежих яблок<br>Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 ккал                           | пор      |       |
| 40  | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                    | пор      |       |
| 40  | Хлеб ржано-пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                            | пор      |       |
| ИТОГО: 795 гр   | Пищевая ценность обеда: Белки - 12,56 г, Жиры - 11,46 г, Углеводы - 89,49 г, Калорийность - 514,04 ккал  |          |       |
| Стоимость   |  |          | 74,93 |
| ИТОГО: 1 345 гр    Пищевая ценность дня: Белки - 35,28 г, Жиры - 38,18 г, Углеводы - 163,07 г, Калорийность - 1 139,76 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





Четверг - 1 с 11 лет и старше

| Выход   | Название   | Ед. изм.  | Цена  |
|---|--|---|-------|
| Завтрак   |  |   |       |
| 20  | Сгущенное молоко<br>Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 1,7 г, Углеводы - 11,1 г, Калорийность - 65,6 ккал                                      | пор   |       |
| 200   | Блины, 2 шт<br>Пищевая ценность: Белки - 11,6 г, Жиры - 16,4 г, Углеводы - 56 г, Калорийность - 418 ккал   | пор   |       |
| 200   | Чай с сахаром<br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал                                       | пор   |       |
| 200   | Сок 200 мл в инд.уп.<br>Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал   | пор   |       |
| ИТОГО: 620 гр   |  | Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,24 г, Жиры - 18,15 г, Углеводы - 102,54 г, Калорийность - 626,99 ккал |       |
| Стоимость   |  |   | 68,44 |
| Обед  |  |   |       |
| 100   | Салат из белокочанной капусты с кукурузой<br>Пищевая ценность: Белки - 2,02 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,83 ккал         | пор   |       |
| 250   | Рассольник московский на бульоне (крупа перловая)<br>Пищевая ценность: Белки - 2,39 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 16,05 г, Калорийность - 121,36 ккал | пор   |       |
| 250   | Жаркое по-домашнему<br>Пищевая ценность: Белки - 17,91 г, Жиры - 21,22 г, Углеводы - 28,75 г, Калорийность - 375,93 ккал                             | пор   |       |
| 180   | Компот из сухофруктов<br>Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал                                  | пор   |       |
| 40  | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал  | пор   |       |
| 40  | Хлеб ржано-пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал                                | пор   |       |
| ИТОГО: 860 гр   |  | Пищевая ценность обеда: Белки - 29 г, Жиры - 35,26 г, Углеводы - 115,3 г, Калорийность - 896,32 ккал        |       |
| Стоимость   |  |   | 74,93 |
| ИТОГО: 1 480 гр   |  |   |       |
| Пищевая ценность дня: Белки - 42,24 г, Жиры - 53,41 г, Углеводы - 217,84 г, Калорийность - 1 523,3 ккал |  |   |       |

директора по производству \_\_\_\_\_ /Чернов Игорь Васильевич)  
 производством: \_\_\_\_\_ /О  
 производственного отдела \_\_\_\_\_ /Яушкина Марина Николаевна)  
 экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ /Родина Валентина Федоровна)  
 телефон: 8 8342 54-66-11



щество с ограниченной ответственностью  
ежрегиональная кейтеринговая компания"



Пятница - 1 с 11 лет и старше

| Выход           | Название  | Ед. изм. | Цена  |
|-----------------|---|----------|-------|
| Завтрак         |   |          |       |
| 20              | Сыр порционный<br>Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал                        | пор      |       |
| 250             | Каша молочная "Дружба" с маслом<br>Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,2 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,57 ккал | пор      |       |
| 200             | Чай с лимоном<br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал                   | пор      |       |
| 40              | Батон<br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал                                 | пор      |       |
| 40              | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                     | пор      |       |
| ИТОГО: 550 гр   | Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,57 г, Жиры - 14,2 г, Углеводы - 93,67 г, Калорийность - 579,12 ккал                         |          |       |
| Стоимость       |   |          | 68,44 |
| Обед            |   |          |       |
| 100             | Винегрет овощной<br>Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 8,23 г, Калорийность - 104,23 ккал                | пор      |       |
| 250             | Суп с вермишелью на бульоне<br>Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 12,43 г, Калорийность - 86,54 ккал     | пор      |       |
| 100             | Котлеты рубленые из мяса<br>Пищевая ценность: Белки - 14,16 г, Жиры - 22,7 г, Углеводы - 14,16 г, Калорийность - 319,21 ккал      | пор      |       |
| 180             | Каша гречневая вязкая<br>Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал          | пор      |       |
| 180             | Чай с сахаром<br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал                     | пор      |       |
| 40              | Хлеб пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                     | пор      |       |
| 40              | Хлеб ржано-пшеничный<br>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал             | пор      |       |
| ИТОГО: 890 гр   | Пищевая ценность обеда: Белки - 29,79 г, Жиры - 39,91 г, Углеводы - 111,05 г, Калорийность - 925,55 ккал                          |          |       |
| Стоимость       |   |          | 74,93 |
| ИТОГО: 1 440 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 48,36 г, Жиры - 54,11 г, Углеводы - 204,72 г, Калорийность - 1 504,67 ккал                          |          |       |

ам. директора по производству \_\_\_\_\_ / (Чернов Игорь Васильевич)  
ав. производством: \_\_\_\_\_ / ( )  
ук. производственного отдела \_\_\_\_\_ / (Яушкина Марина Николаевна)  
кономист-калькулятор \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)  
елефон: 8 8342 54-66-11