



Меню  
Среда - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
200	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком <small>Пищевая ценность: Белки - 26,94 г, Жиры - 15,1 г, Углеводы - 53,35 г, Калорийность - 463,62 ккал</small>	пор	
200	Чай с лимоном <small>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал</small>	пор	
150	Фрукт (яблоко) <small>Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал</small>	пор	
40	Хлеб пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 30,82 г, Жиры - 16,19 г, Углеводы - 100,89 г, Калорийность - 682,87 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Обед</b>			
100	Помидоры свежие порционные <small>Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 3,8 г, Калорийность - 24 ккал</small>	пор	
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне. <small>Пищевая ценность: Белки - 5,39 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 11,69 г, Калорийность - 121,01 ккал</small>	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса <small>Пищевая ценность: Белки - 15,78 г, Жиры - 17,75 г, Углеводы - 14,28 г, Калорийность - 281,71 ккал</small>	пор	
180	Пюре из бобовых с маслом <small>Пищевая ценность: Белки - 20,74 г, Жиры - 5,07 г, Углеводы - 43,36 г, Калорийность - 302,15 ккал</small>	пор	
180	Сок в ассортименте <small>Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 ккал</small>	пор	
40	Хлеб пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал</small>	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,4 г, Жиры - 1,32 г, Углеводы - 19,32 г, Калорийность - 103,6 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 890 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,44 г, Жиры - 30,76 г, Углеводы - 134,08 г, Калорийность - 1 018,27 ккал		
<b>Стоимость</b>			
<b>Полдник</b>			
150	Пирожок с капустой и яйцом <small>Пищевая ценность: Белки - 19,38 г, Жиры - 21,77 г, Углеводы - 67,77 г, Калорийность - 544,73 ккал</small>	пор	
200	Чай с сахаром <small>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 350 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 19,58 г, Жиры - 21,82 г, Углеводы - 80,81 г, Калорийность - 598,12 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>235,70</b>
ИТОГО: 1 830 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 100,84 г, Жиры - 68,77 г, Углеводы - 315,78 г, Калорийность - 2 299,26 ккал		

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

Зав. производством И. (И)

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

Экономист-калькулятор В. Родина (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11