



**Меню**  
**Понедельник - 1 с 7 до 11 лет**  
**20.11.2023**

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 10               | <b>Масло порционно</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал       | пор      |              |
| 150              | <b>Омлет натуральный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 25,72 г, Жиры - 27,35 г, Углеводы - 4,57 г, Калорийность - 367,58 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал        | пор      |              |
| 40               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал                     | пор      |              |
| 150              | <b>Фрукт (яблоко)</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал          | пор      |              |
| ИТОГО: 550 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 29,4 г, Жиры - 35,66 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 645,57 ккал                    |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>63,72</b> |

|                  |   |     |              |
|------------------|---|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |   |     |              |
| 60               | <b>Икра овощная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,4 г, Углеводы - 5,4 г, Калорийность - 81,6 ккал                       | пор |              |
| 200              | <b>Щи из свежей капусты на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,61 г, Жиры - 4,67 г, Углеводы - 9,35 г, Калорийность - 86,01 ккал | пор |              |
| 200              | <b>Плов из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 16,52 г, Жиры - 18,59 г, Углеводы - 35,95 г, Калорийность - 376,68 ккал          | пор |              |
| 180              | <b>Компот из сухофруктов</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал              | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал                  | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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 - 24,21 г, Жиры - 29,89 г, Углеводы - 98,22 г, Калорийность - 767,09 ккал                                 |     |              |
| <b>Стоимость</b> |   |     | <b>69,62</b> |

|                 |  |
|-----------------|--|
| ИТОГО: 1 250 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 53,61 г, Жиры - 65,54 г, Углеводы - 149,05 г, Калорийность - 1 412,66 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**  
**Вторник - 1 с 7 до 11 лет**  
**21.11.2023**

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 50               | <b>Печенье</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал                  | пор      |              |
| 200              | <b>Каша манная молочная</b><br>Пищевая ценность: Белки - 6,09 г, Жиры - 5,71 г, Углеводы - 33,16 г, Калорийность - 209,19 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал          | пор      |              |
| 50               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал                        | пор      |              |
| ИТОГО: 500 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,69 г, Жиры - 13,95 г, Углеводы - 103,85 г, Калорийность - 592,57 ккал                    |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>63,72</b> |

|                  |  |     |              |
|------------------|--|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |  |     |              |
| 60               | <b>Салат из свеклы с яблоками</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,1 г, Углеводы - 7,07 г, Калорийность - 68,21 ккал          | пор |              |
| 200              | <b>Суп гороховый на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,09 г, Калорийность - 129,44 ккал            | пор |              |
| 90               | <b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 11,38 г, Жиры - 17,05 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 250,26 ккал | пор |              |
| 150              | <b>Картофельное пюре</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 ккал                | пор |              |
| 180              | <b>Чай с лимоном</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал                     | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал                     | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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 - 25,37 г, Жиры - 31,7 г, Углеводы - 99,55 г, Калорийность - 788,44 ккал                                     |     |              |
| <b>Стоимость</b> |  |     | <b>69,62</b> |

|                 |   |
|-----------------|---|
| ИТОГО: 1 240 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 39,06 г, Жиры - 45,65 г, Углеводы - 203,4 г, Калорийность - 1 381,02 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**  
**Среда - 1 с 7 до 11 лет**  
**22.11.2023**

| Выход                  | Название   | Ед. изм.   | Цена         |
|------------------------|--|--|--------------|
| <b>Завтрак</b>         |  |  |              |
| 120                    | <b>Тфтели мясные с томатным соусом</b><br>Пищевая ценность: Белки - 12,73 г, Жиры - 20,24 г, Углеводы - 15,04 г, Калорийность - 292,54 ккал            | пор  |              |
| 150                    | <b>Каша гречневая вязкая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал                          | пор  |              |
| 200                    | <b>Чай с лимоном</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал                                 | пор  |              |
| 40                     | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                                   | пор  |              |
| <b>ИТОГО: 510 гр</b>   |  | <b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,7 г, Жиры - 24,73 г, Углеводы - 69,06 г, Калорийность - 581,69 ккал</b> |              |
| <b>Стоимость</b>       |  |  | <b>63,72</b> |
| <b>Обед</b>            |  |  |              |
| 60                     | <b>Салат из моркови с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,75 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 7 г, Калорийность - 32,27 ккал                        | пор  |              |
| 200                    | <b>Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 4,64 г, Углеводы - 10,08 г, Калорийность - 88,32 ккал | пор  |              |
| 155                    | <b>Пельмени</b><br>Пищевая ценность: Белки - 12,04 г, Жиры - 27,63 г, Углеводы - 42,07 г, Калорийность - 468,05 ккал                                   | пор  |              |
| 180                    | <b>Компот из свежих яблок</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,2 г, Калорийность - 63,6 ккал                          | пор  |              |
| 30                     | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал                                 | пор  |              |
| 30                     | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,55 г, Жиры - 0,99 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 77,7 ккал                           | пор  |              |
| <b>ИТОГО: 655 гр</b>   |  | <b>Пищевая ценность обеда: Белки - 19,32 г, Жиры - 33,7 г, Углеводы - 103,59 г, Калорийность - 800,45 ккал</b>   |              |
| <b>Стоимость</b>       |  |  | <b>69,62</b> |
| <b>ИТОГО: 1 165 гр</b> |  | <b>Пищевая ценность дня: Белки - 40,02 г, Жиры - 58,43 г, Углеводы - 172,66 г, Калорийность - 1 382,14 ккал</b>  |              |

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 - 1 с 7 до 11 лет**  
**23.11.2023**

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 10               | <b>Масло порционно</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал                   | пор      |              |
| 200              | <b>Каша рисовая молочная с маслом</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал                    | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал                     | пор      |              |
| 50               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал                                  | пор      |              |
| ИТОГО: 500 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,27 г, Жиры - 13,78 г, Углеводы - 93,58 г, Калорийность - 547,72 ккал                               |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>63,72</b> |

|                  |  |     |              |
|------------------|--|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |  |     |              |
| 60               | <b>Салат из белокочанной капусты</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,9 г, Калорийность - 55,01 ккал     | пор |              |
| 200              | <b>Рассольник московский на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,96 г, Жиры - 4,01 г, Углеводы - 13,18 г, Калорийность - 97,2 ккал | пор |              |
| 200              | <b>Жаркое по-домашнему</b><br>Пищевая ценность: Белки - 14,33 г, Жиры - 16,97 г, Углеводы - 23,25 г, Калорийность - 302,01 ккал          | пор |              |
| 180              | <b>Компот из сухофруктов</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал               | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал                   | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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 - 22,2 г, Жиры - 25,27 г, Углеводы - 89,85 г, Калорийность - 677,02 ккал                                   |     |              |
| <b>Стоимость</b> |  |     | <b>69,62</b> |

|                 |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 200 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 34,47 г, Жиры - 39,05 г, Углеводы - 183,42 г, Калорийность - 1 224,74 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**  
**Пятница - 1 с 7 до 11 лет**  
**24.11.2023**

| Выход            | Название   | Ед. изм. | Цена         |
|------------------|--|----------|--------------|
| <b>Завтрак</b>   |  |          |              |
| 20               | <b>Сыр порционный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал                | пор      |              |
| 200              | <b>Каша молочная "Дружба"</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 ккал | пор      |              |
| 200              | <b>Чай с лимоном</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал           | пор      |              |
| 40               | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал                         | пор      |              |
| 40               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал             | пор      |              |
| ИТОГО: 500 гр    | Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,11 г, Жиры - 12,7 г, Углеводы - 85,01 г, Калорийность - 525,02 ккал                        |          |              |
| <b>Стоимость</b> |  |          | <b>63,72</b> |

|                  |  |     |              |
|------------------|--|-----|--------------|
| <b>Обед</b>      |  |     |              |
| 60               | <b>Винегрет овощной</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 4,92 г, Калорийность - 60,63 ккал             | пор |              |
| 200              | <b>Суп с вермишелью на бульоне</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,48 г, Жиры - 2,2 г, Углеводы - 9,95 г, Калорийность - 65,68 ккал   | пор |              |
| 90               | <b>Котлеты рубленые из мяса</b><br>Пищевая ценность: Белки - 12,74 г, Жиры - 20,75 г, Углеводы - 12,42 г, Калорийность - 288,74 ккал | пор |              |
| 150              | <b>Каша гречневая вязкая</b><br>Пищевая ценность: Белки - 4,7 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,4 ккал        | пор |              |
| 180              | <b>Чай с сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал                 | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,28 г, Жиры - 0,24 г, Углеводы - 14,76 г, Калорийность - 70,5 ккал               | пор |              |
| 30               | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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 - 24,86 г, Жиры - 32,46 г, Углеводы - 89,76 г, Калорийность - 753,05 ккал                              |     |              |
| <b>Стоимость</b> |  |     | <b>69,62</b> |

|                 |  |  |  |
|-----------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1 240 гр | Пищевая ценность дня: Белки - 41,97 г, Жиры - 45,16 г, Углеводы - 174,78 г, Калорийность - 1 278,07 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