

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,19	4,86	15,42	131	
Салат - бар	100	0,85	5,1	2,71	62	
огурцы свежие						
помидоры свежие						
масло растительное						
	сред.	2,51	3,49	9,96	83	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Аппетитные мясо - куриные	90	10,01	12,70	10,98	198	
Рыба (филе) запечённая	75	15,76	9,41	3,26	160	
	сред.	12,89	11,06	7,12	179	
Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20	11,34	8,39	66,90	390	
Плов с говядиной	40/160	12,2	15,6	46	377	
	сред.	12,20	15,60	46,00	377	
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,25	291	
Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,08	254	
Капуста брокколи отварная	100	3,11	3,4	4,4	31	
	сред.	5,92	5,32	32,58	192	
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			7,98	32	
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	18,46	78	
	сред.	0,40	0,03	13,22	55	
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	Итого с сам.блюд	79,00	17,63	19,48	88,02	606
	Итого:	79,00	24,24	20,26	81,72	600

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



КОМПЛЕКС № 1

г Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
г Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5	6,6	5,98	33,06	220
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	12,43	52
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	12,89	10,94	60,91	404

КОМПЛЕКС 1

Макаронны отварные (с мас.растит.)	130	4,85	4,39	31,11	184
Чай с сахаром	180/5	0,0	0,0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,20	5,62	4,55	42,99	238

Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные	90	10,01	12,7	10,98	198
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,39	41,87	242
Овощи натуральные свежие (помидоры) доп. гарнир	30	0,33	0,06	1,14	7
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Итого:	518	66,80	19,50	18,51	80,82

(СВО)

Комплекс № 1

Плов с говядиной	40/160	12,22	15,6	49,03	384
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	13,24	15,81	65,9	460

Директор *Е. Масованко*
 Калькулятор
 Зав. производством *Е.*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



: Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
: Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с)	30/15	6,2	4,90	15,4	131	
: Салат - бар	100	0,75	5,1	1,7	75	
капуста свежая						
морковь свежая						
масло растительное						
сред.		2,48	3,49	9,62	87	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Чахохбили из птицы	50/50	10,76	14,17	6,93	178	
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,47	10,62	2,67	176	
сред.		14,12	12,40	4,80	177	
Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5	20,4	16,35	44,19	406	
Жаркое по - домашнему	40/160	11,2	12,43	28,83	273	
сред.		15,82	14,39	36,51	340	
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269	
Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,08	254	
Капуста тушёная	180	4,08	8,9	16,82	165	
сред.		5,13	7,15	35,97	229	
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34	
Напиток из вишни	200	0,12	0,03	11,57	48	
сред.		0,08	0,02	9,85	41	
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого с сам.блюд		79,00	20,90	18,26	74,82	559
Итого:		79,00	24,33	23,42	79,08	626

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



КОМПЛЕКС № 1

Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,34	6,79	28,52	208
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10	3,19	2,52	19,5	114
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	11,80	10,18	71,42	433

КОМПЛЕКС 1

Каша пшённая вязкая	120	3,40	4,00	19,40	127
Чай с сахаром	180/5	0,0	0,0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,20	4,17	4,16	31,28	181

Жаркое по - домашнему	40/160	12,05	17,93	39,88	370	
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7	
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого:	508	66,80	15,01	18,35	67,85	500

(СВО)

Комплекс № 1

Чахохбили из птицы	50/50	14,65	17,5	6,94	245
Каша рисовая вязкая	150	2,3	4,1	23,94	142
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	17,97	21,85	47,78	463

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

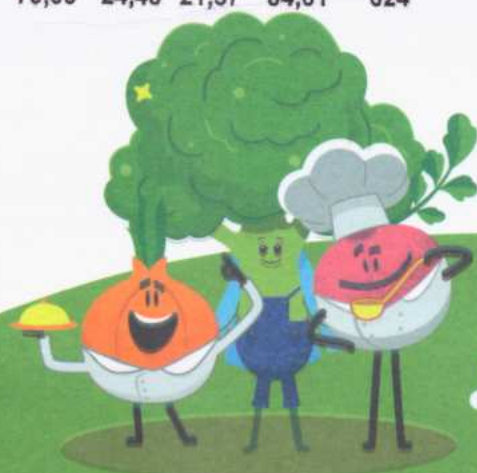


Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат - бар	100	1,12	5,2	2,22	62
капуста пекинская					
помидоры свежие					
масло растительное					
	сред.	2,60	3,51	9,80	83
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Чикен	90	9,1	10,11	19,09	202
Рыба (филе) запеченая с сыром	75/5	18,61	11,23	2,64	186
Сосиски отварные	2 шт/100	11,4	15,71	8,8	219
	сред.	13,04	12,35	10,18	202
Запеканка картофельная с мясом	200	14,42	18,3	27,65	331
	сред.	14,42	18,27	27,65	331
ГАРНИРЫ					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,25	291
Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,06	254
Капуста брокколи отварная	100	3,11	3,4	4,4	31
	сред.	5,92	5,32	32,57	192
НАПИТКИ					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			7,98	32
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	18,46	79
	сред.	0,40	0,03	13,22	56
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого с сам.блюд	79,00	19,94	22,17	69,51
	Итого:	79,00	24,48	21,57	84,61

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



КОМПЛЕКС № 1

Макаронны отварные с сыром, маслом	150/5	9,03	11,83	32,1	272
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Батон	30	2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35,00	11,30	12,70	55,50	383

КОМПЛЕКС 1

Каша полбяная вязкая	110	2,66	3,39	14,2	98
Чай с сахаром	180/5	0,0	0,0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	9,20	3,43	3,55	26,09	152

Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,64	54	
Чикен	90	9,10	10,11	19,09	202	
Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,46	35,94	207	
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,02		7,99	32	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
Итого:	540	66,80	18,21	17,98	87,50	586

(СВО)

Комплекс № 1

Запеканка картофельная с мясом	180	13,09	16,5	25,72	302
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	14,11	16,70	42,62	378

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат - бар	100	1,27	5,1	3,34	77
огурцы свежие					
капуста свежая					
масло растительное					
Бутерброд горячий с сыром (батон) в/с	30/15	6,2	4,90	15,4	131
сред.	сред.	2,65	3,49	10,17	88

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба (филе) запечённая	75	17,29	9,89	3,28	171
Котлеты Appetitные мясо - куриные	90	10	12,7	10,98	198
сред.	сред.	13,65	11,30	7,13	185

Блинчики со сгущённым молоком	4 шт/180/20	11,34	8,39	66,90	390
Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5	20,4	16,35	44,19	406
Плов с говядиной	40/160	12,2	15,6	46	377
сред.	сред.	14,65	13,45	52,36	391

ГАРНИРЫ

Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,08	254
Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,55	3,3	8,88	80
Картофель запечённый (из сырого)	150	3,51	8,2	28,4	202
сред.	сред.	4,60	6,03	32,09	201

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из шиповника	200	0,01		10,18	41
сред.	сред.	0,03	0,00	9,16	38

Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
---	-------	------	------	-------	----

Итого с сам.блюд	79,00	19,84	17,30	90,53	608
Итого:	79,00	22,36	23,37	73,69	603

Директор *Степанова*
 Калькулятор
 Зав. производством *Б*

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,92	5,56	25,06	181
Напиток яблочный	200		0,1	0,1	12,43	52
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	12,21	10,52	52,91	365

КОМПЛЕКС 1

Каша гречневая вязкая	110		2,58	3,40	16,23	105
Чай с сахаром	180/5		0,0	0,0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		9,20	3,35	3,56	28,11	159

Плов с говядиной	40/160		12,22	15,61	49,03	384
Овощи натуральные свежие (помидоры)	60		0,66	0,12	2,28	14
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	508	66,80	15,42	16,09	78,14	521

(СВО)

Комплекс № 1

Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90	10,01	12,7	10,98	198
Макароны отварные (м/растит.)	150	5,6	5,1	36	212
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	16,63	18,00	63,88	486

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	30/15	6,19	4,86	15,42	131
Салат - бар	100	1,47	5,1	8,5	87
капуста свежая					
морковь свежая					
масло растительное					
сред.		2,71	3,48	11,89	91
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,3	3,23	209
Бифштекс рубленый по - домашнему	90	10,7	12,03	15,36	210
Биточки рыбные из минтая	90	12,06	15,3	15,92	238
Голень запечённая	90	22,8	32,60	2,15	393
сред.		12,46	14,20	11,50	219
ГАРНИРЫ					
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,94	6,5	50,25	291
Макаронные изделия отварные (масло растит.)	180	6,72	6,1	43,06	254
Капуста цветная отварная	100	3,01	3,36	5,06	63
Пюре картофельное	180	3,94	5,58	26,43	175
сред.		5,40	5,38	31,20	196
НАПИТКИ					
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			7,98	32
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,13	0,02	11,15	46
сред.		0,07	0,01	9,57	39
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Итого с сам.блюд		79,00	0,00	0,00	0
Итого:		79,00	21,70	23,63	78,23
					615

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



КОМПЛЕКС № 1

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5	4,54	7,01	12,89	134
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с масл	150/5	4,66	5,32	25,37	175
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Итого:		35,00	9,22	12,33	46,24

КОМПЛЕКС 1

Спагетти отварные (с мас.растит.)	130	4,85	4,39	31,11	184
Чай с сахаром	180/5	0,0	0,0	5,13	21
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:		9,20	5,62	4,55	42,99

Биточки рыбные из минтая	90	12,06	15,31	15,92	238
Пюре картофельное	150	3,28	4,65	29,93	174
Овощи натуральные свежие (огурцы) доп. гарнир	30	0,21	0,03	0,57	3
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Итого:	510	66,80	18,09	20,35	73,25

(СВО)

Комплекс № 1

Гуляш из птицы	50/50	14,6	15,30	3,24	209
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,4	41,8	242
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	55,00	22,24	20,90	61,94	527

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат - бар	100	0,85	5,1	2,71	62
огурцы свежие					
помидоры свежие					
масло растительное					
сред.		0,67	2,81	7,24	59
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Пельмени "Для Умников и умниц" с маслом сливочным	180/5	20,4	16,35	44,19	406
сред.		20,40	16,35	44,19	406
ГАРНИРЫ					
сред.		0,00	0,00	0,00	0
НАПИТКИ					
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5	0,04		8,13	34
Напиток из урюка	200	0,8	0,06	18,46	79
сред.		0,42	0,03	13,30	57
Хлеб ржано - пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,84	91
Итого с сам.блюд		79,00	24,01	19,55	83,56
Итого:		79,00	24,01	19,55	83,56

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

