

Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
Горячее бесплатное питание младшие						
Котлеты «Аппетитные» мясо-куриные	90		13,79	10,4	7,99	181
Рис отварной	150		2,3	3,4	38,6	194
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Вафли весовые	1шт/21		0,82	6,40	13,12	113
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20\20		2,52	0,36	18,84	89
ИТОГО		66,80	19,45	20,56	86,54	609
Горячий завтрак (старшие)						
Птица запечённая (цыплята)	90		24	22,0	0,87	298
Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22,01	144
Напиток из урюка	200		0,8	0,1	18,5	79
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,0 0	29,05	26,85	48,1	554

Директор

Зав. столовой



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

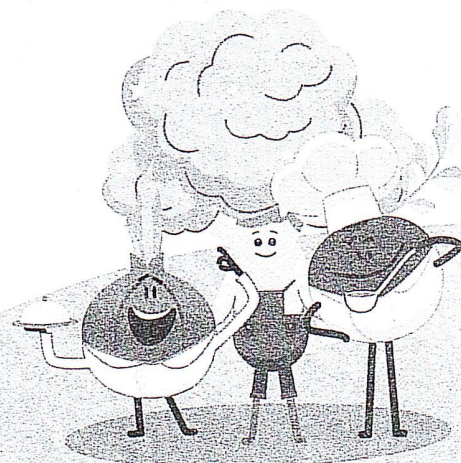


Меню

Наименование продуктов	Выход	Стоп мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
ВТОРНИК						
Горячее бесплатное питание младшие						
Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,31	0,32	7,84	35
Жаркое по-домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	78
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
ИТОГО		66,80	14,87	15,24	73,97	493
Горячий завтрак (старшие)						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Спагетти отварные (м/растит.)	180		6,7	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1 л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	18,62	7,00	73,48	526

Директор

Зав. столовой



8(800)234-33-88

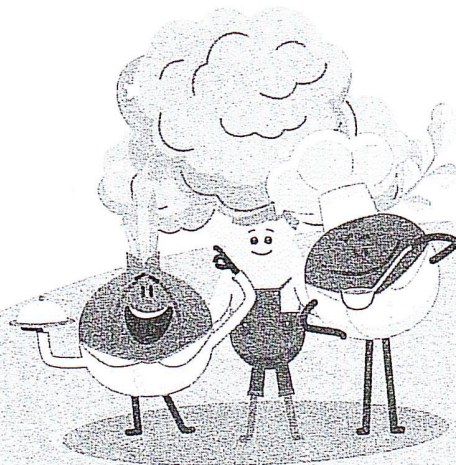
poelidovolen.ru

Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
СРЕДА						
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
Гуляш из птицы	45/45		11,07	10,30	2,95	149
Макаронные изделия отварные	150		5,64	5,40	35,94	207
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	89
ИТОГО		66,80	20,10	19,71	70,73	541
Горячий завтрак (старшие)						
Запеканка картофельная с мясом	180		13	16,5	24,9	298
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	13,77	16,65	39,55	363

Директор

Зав. столовой



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

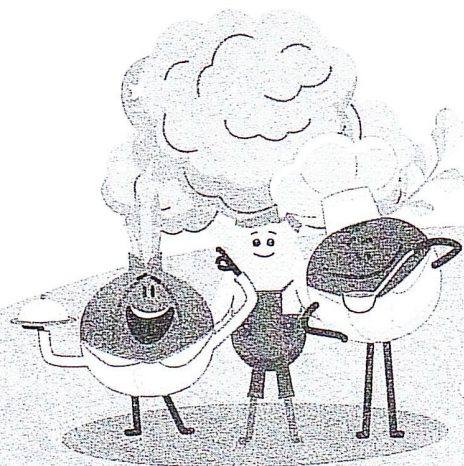
Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
ЧЕТВЕРГ						
Горячее бесплатное питание младшие						
Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,31	0,32	7,84	35
Плов с птицей	40/160		15,44	19,29	45,88	419
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	89
ИТОГО		66,80	18,33	19,98	80,70	576
Горячий завтрак (старшие)						
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Картофель запечённый	100		2,3	5,5	18,9	135
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	15,47	19,15	41,35	399



Директор

Зав. столовой



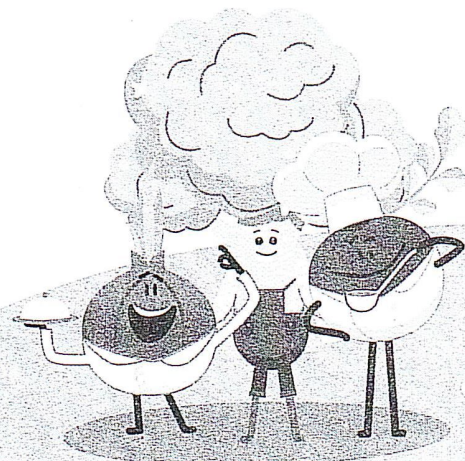
8(800)234-33-88
 poelidovolen.ru

Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
ПЯТНИЦА						
Горячее бесплатное питание младшие						
Ёжики рыбные с рисом и овощами	60/30		11,4	8,6	15,04	183
Пюре картофельное	150		3,28	6,1	26,1	172
Овощи натуральные солёные (огурцы) (доп.гарнир)	25		0,2	0,02	0,42	3
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	89
ИТОГО		66,80	17,42	15,08	68,39	479
Горячий завтрак (старшие)						
Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
Каша полбяная вязкая	1500		3,6	4,6	19,4	134
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	16,67	15,85	42,35	378

Директор

Зав. столовой



8(800)234-33-88

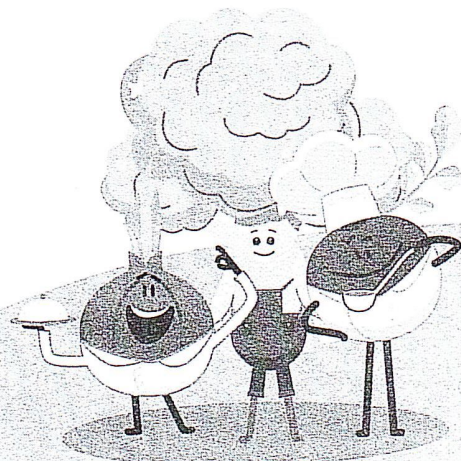
poelidovolen.ru

Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
СУББОТА						
Горячее бесплатное питание младшие						
Десерт фруктовый (яблоки)	980		0,31	0,32	7,84	35
Пельмени «Для умников и умниц» отварные с маслом	150/5		14,2	12,6	27,4	280
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	33
Печенье весовое	2шт/30		2,07	4,14	22,23	134
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный)	20/22		2,52	0,36	18,84	89
ИТОГО		66,80	19,16	17,43	84,45	571
Горячий завтрак (старшие)						
Сосиски отварные	2шт\100		10,4	20,1	0,8	226
Макаронные изделия отварные (м\растит.)	130		4,9	4,4	31,1	184
Чай с сахаром	200\8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	16,07	24,65	46,55	475

Директор

Зав. столовой



8(800)234-33-88
 poelidovolen.ru