

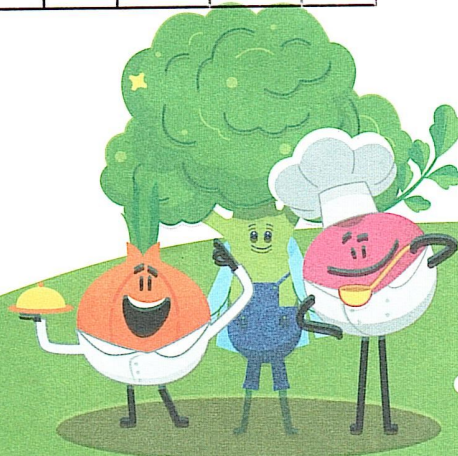
Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
1 ДЕНЬ						
Холодные закуски						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Салат из моркови (морковь, сахар, масло раст.)	100		1,05	10,1	15,6	158
Вторые блюда						
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Гуляш из филе грудок индейки	40/40		8	10	1,7	130
Гарниры						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные(с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный /хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО		73,0	41,99	50,78	130,97	1157
Горячий завтрак (старшие)						
Суп картофельный с горохом, фрикадельками из птицы	250/3ш		12,4 8	10,4	20	223
Вак-балиш с мясом и рисом	90		9,4	12,50	29,5	270
Чай с сахаром	200/8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	22,67	23,05	64,2	558

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

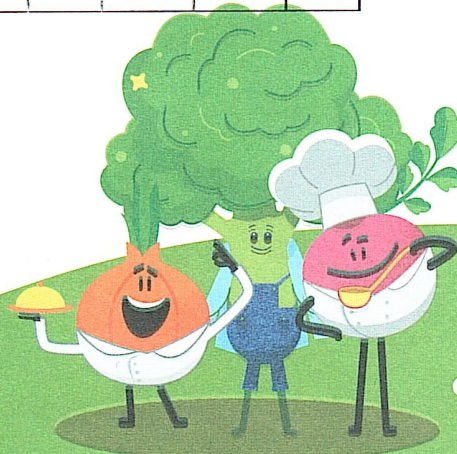
Наименование продуктов	Выход	Стоп мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
2 ДЕНЬ						
Холодные закуски						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат «Мечта» (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат «Столичный» с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Вторые блюда						
Шашлык из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Пельмени «Для умников и умниц» отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
Гарниры						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Напитки						
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	00	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный /хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,4	18,84	91
ИТОГО		73,0	79,68	97,72	130,62	1848
Горячий завтрак (старшие)						
Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5		5,6	9,1	12,7	156
Маффин Шоколадный	50		3,2	10,4	29,8	211
Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,0	9,67	19,68	60,9	448

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
3 ДЕНЬ						
Холодные закуски						
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Вторые блюда						
Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
Гарниры						
Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный /хлеб пшеничный	15/15		1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО			73,0	47,11	61,66	125,76
Горячий завтрак (старшие)						
Суп картофельный с вермишелью, с фрикадельками из птицы	250/2		7,6	7,0	21,4	180
Пицца с сыром	85		13,60	11,40	24	252
Чай с сахаром	200/8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:			48,0	21,97	18,55	59,8

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
4 ДЕНЬ						
Холодные закуски						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат картофельный с солен. огурцами, зеленым горошком	100\5		1,46	5,3	9,83	93
Вторые блюда						
Рыба запеченная с овощами	75\25		15,8	9,9	2,61	163
Гуляш из куриных грудок	50\50		14,6	15,3	3,235	209
Гарнизы						
Каша гречневая вязкая	190		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные(с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Напитки						
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный /хлеб пшеничный 1с	20\20		2,52	0,4	18,84	91
ИТОГО			73,0	45,84	126,015	1074
Горячий завтрак (старшее)						
Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250\22\10		5,6	9,7	9,8	149
Кекс Волжский	50		3	10,4	29,8	211
Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
Хлеб ржано-пшеничный	15\15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:			48,0	9,49	20,25	494

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

Наименование продуктов	Выход	Стои мос.	Бел.	Жиры	Угл-ы	Ккал
5 ДЕНЬ						
Холодные закуски						
Салат «Витаминный» (капуста б\коч., морковь, яблоки, сахар, м\растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Вторые блюда						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70\35		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриной грудки на шампуре с соусом «Переменка»	90\10		22	30,1	1,70	365
Пельмени «Для умников и умниц» отварные с соусом переменка	160\20		19	23,7	34,3	427
Гарниры						
Рис отварной	150		4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200\8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный /хлеб пшеничный	15\15		1,89	0,3	14,13	68
ИТОГО			73,0	68,81	91,26	1704
Горячий завтрак (старшие)						
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками. со сметаной	250\11\5		4,3	8,4	17,5	163
Маффин Лимонный	50		3,2	10,4	29,8	211
Чай с сахаром	200\8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:			48,0	8,27	18,95	439

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

