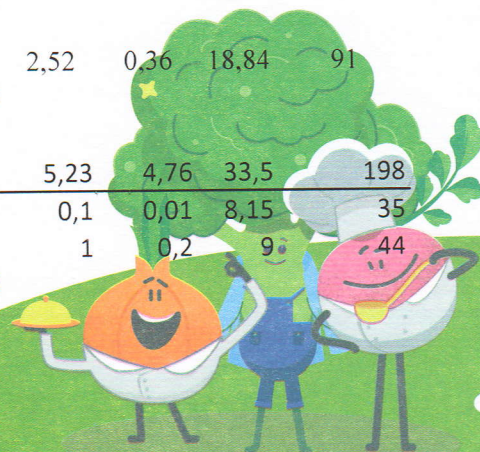


Меню

Дата
Понедельник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Чай с сахаром	200/8		0,8	0,06	18,46	79
Вафли весовые	1шт/21		0,82	6,43	13,12	114
Батон	20		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35	14,41	17,33	80,06	545	
Горячее бесплатное питание младшие						
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,75	12,27	8,00	199
Рис отварной	150		2,30	4,12	23,94	142
Вафли весовые	1шт/21		0,82	6,40	13,12	113
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	19,33	19,93	65,48	522	
Комплекс 55 руб						
Птица запеченная цыплята	90		21,36	19,20	0,7	261
Каша гречневая вязкая	150		3,50	4,60	22,01	144
Напиток из урюка	200		0,14	0,02	11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный	15		1,00	0,20	9	44
Итого:	55,00	26,00	24,06	42,9	496	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,80	47
Салат-бар (капуста цветная отварная, соль, фасоль красная конс., масло раст)	50		2,10	5,70	4,76	79
Бутерброд с сыром (батон)	30/15		6,20	4,90	15,40	131
Вторые блюда						
Рыба филе по Московски	75/20		20,20	13,70	1,80	212
Гуляш из индейки	45/45		12,40	13,50	7,80	199
Птица запеченная цыплята	100		26,70	24,50	1,00	332
Гарниры						
Макаронные изд.отварные с м/раст	180		6,77	5,4	43,13	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
		79				
Комплекс 9,20 руб						
Макаронны отварные с мас.раст	150		5,23	4,76	33,5	198
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	30		1	0,2	9	44
Итого:	9,2					

8 (800) 234-33-88
Директор
Калькулятор
reindovlen.ru
Зав. столовой

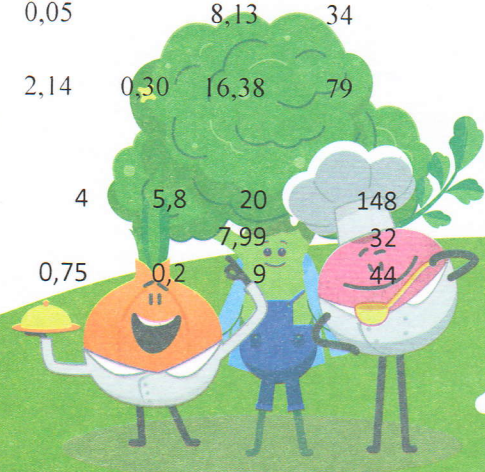


Меню

Дата
Вторник

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Плоды свежие яблоки	80		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Батон	20		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35	11,7	9,49	65,47	399
Горячее бесплатное питание младшие						
Десерт фруктовый яблоки	80		0,4	0,4	9,8	47
Жаркое по-домашнему	40/160		11,24	14,50	28,83	291
Напиток из урюка	200		0,8	0,06	18,46	79
Хлеб ржано-пшеничный /пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		66,80	14,96	15,32	75,93	508
Комплекс 55 руб						
Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,40	9,23	169
Спагетти отварные (масло раст.)	180		6,70	6,10	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	20		2,66	0,28	17,2	82
Итого:		55,00	20,28	17,08	81,70	564
Обед						
Холодные закуски						
Десерт фруктовый яблоки	90		0,40	0,40	8,80	42
Салат-бар (свекла отв., кукуруза конс., сыр, масло раст)	80		2,70	6,60	6,90	98
Горячий бутерброд с сыром (с батоном.)	30/15		6,20	4,90	15,4	131
Вторые блюда						
Голень запеченная	80		22,7	30,4	1,80	371
Рыба филе запеченная с сыром, соусом						
Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,6	208
Гарниры						
Рис отварной	180		4,60	6,50	48	269
Спагетти отварные (масло слив.)	180		6,72	6,10	43,1	254
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		2,14	0,30	16,38	79
Итого:		9,2	0,75	0,2	9,9	44
Комплекс 9,2 руб						
Каша пшениная вязкая	130		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	200/8			7,99		32
Хлеб ржано-пшеничный	17		0,75	0,2	9,9	44
Итого:		9,2	0,75	0,2	9,9	44

8(800)234-33-88
 Директор
 Калькулятор
 pbelidov@len.ru
 Зав. столовой



Меню

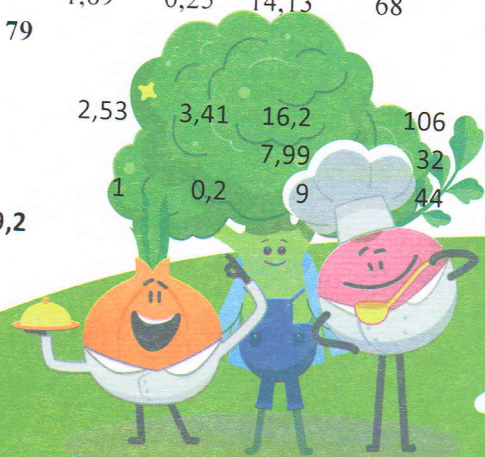
Дата
Среда

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Блинчики со сгущенным молоком	1шт/50/10		3,19	2,52	19,5	114
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Батон	20		2,25	0,87	15,42	79
Итого	35	10,17	8,49	78,62	440	
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
Гуляш из птицы	45/45		11,25	12,57	2,96	170
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	20,10	18,77	70,73	535	
Комплекс 55 руб						
Запеканка картофельная с мясом	180		13,00	16,50	24,9	298
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,9	32
Хлеб ржано- пшеничный	15		1,00	0,20	9	44
Итого:	55,00	14,02	16,70	41,80	374	
Обед						
Холодные закуски						
Плоды свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,80	47
Бутерброд с сыром батон	30/15		2,40	11,70	15,50	178
Салат-бар (яйцо вареное,зеленый гор.конс., масло раст)	60		6,80	10,8	1,30	130
Вторые блюда						
Рыба запеченая	75		17,30	9,90	3,30	171
Сосиски отварные	2шт/100		10,40	20,10	0,80	226
Гарниры						
Макаронные изделия отварные м/раст	180		4,20	5,60	26,41	173
Овощная смесь (европейская) отварная	100		3,60	3,30	8,90	80
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого:	79	25,33	3,41	16,2	106	
Комплекс 9,20 руб						
Каша полбяная вязкая	130		2,53	3,41	16,2	106
Чай с сахаром	200/8				7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17		1	0,2	9	44
Итого:	9,2	1	0,2	9	44	

Директор
Калькулятор

Зав. столовой 8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

Дата
Четверг

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Завтрак						
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
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Печенье весовое	3шт/45		3,52	7,04	37,8	227
Батон	20		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	35	35	15,65	17,48	86,25	572

Горячее бесплатное питание младшие

Десерт фруктовый яблоки	80		0,4	0,4	9,8	47
Плов с птицей	40/160		15,44	19,29	45,88	419
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,10	0,04	10,71	44
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	66,80	66,80	18,46	20,09	85,23	601

Комплекс 55 руб

Котлеты Столичные	90		12,40	13,50	7,8	199
Картофель запеченный	100		1,87	5,10	11,2	99
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,00	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	55,00	55,00	15,04	18,75	33,65	363

Обед

Холодные закуски

Салат -бар (капуста брокколи отв., фасоль красная конс., соль,масло раст)	55		2,20	5,80	4,75	74
Фрукты свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,80	47
Горячий бутерброд с сыром (с батоном)	30/15		6,20	4,90	15,40	131

Вторые блюда

Рыба запеченная с овощами	90/30		19,00	11,90	3,10	196
Птица запеченная (цыплята)	100		26,70	24,50	1,00	332
Пельмени Для умников и умниц отварные с маслом слив.	200/5		21,40	17,90	37,70	398

Гарниры

Картофель запеченный с паприкой	180		4,60	6,50	48,00	269
Спагетти отварные масло слив.	180		6,72	6,10	43,10	254

Напитки

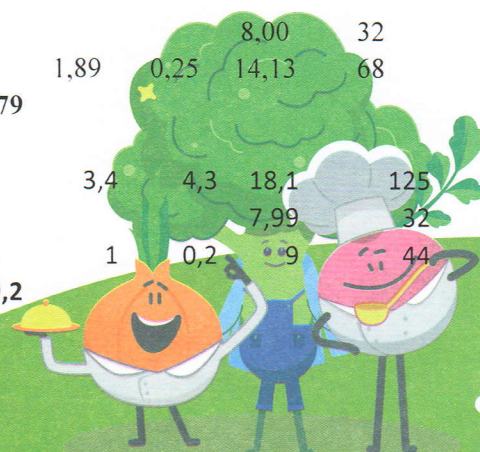
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8,00	32
Хлеб ржано-пшеничный/ пшеничный 1с	20/20		1,89	0,25	14,13	68

Комплекс 9,20 руб

Каша геркулесовая вязкая	130		3,4	4,3	18,1	125
Чай с сахаром	200/8				7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	17		1	0,2	9	44
Итого:	9,2	9,2	4,4	4,5	26,09	201



☎ Директор 800-284-33-88
 🌐 Калькулятор
 poelidovoln.ru
 Зав. столовой



Меню

Дата
Суббота

Наименование продуктов	Выход	Стои-ти	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Обед						
Плоды свежие яблоки	90		0,40	0,40	9,80	47
Пельмени Для умников и умниц отварные с маслом	180/5		19,00	16,30	33,50	357
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,00	0,20	9,00	44
Итого		79				
Комплекс 9,20 руб						
Пюре из бобовых с маслом	150/3		5,23	4,76	33,51	198
Чай с сахаром	200/8		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		1	0,2	9,00	44
Итого		9,2				

Директор
Калькулятор
Зав. столовой



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»