

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал
1. Суп с овощами и грибами	100 г	2.5	1.5	5.0	45
2. Суп с курицей и картофелем	100 г	3.0	2.0	6.0	50
3. Суп с говядиной и капустой	100 г	3.5	2.5	6.5	55
4. Суп с рыбой и морепродуктами	100 г	4.0	3.0	7.0	60
5. Суп с фасолью и овощами	100 г	4.5	3.5	7.5	65
6. Суп с чечевицей и овощами	100 г	5.0	4.0	8.0	70
7. Суп с перловкой и овощами	100 г	5.5	4.5	8.5	75
8. Суп с гречкой и овощами	100 г	6.0	5.0	9.0	80
9. Суп с пшеном и овощами	100 г	6.5	5.5	9.5	85
10. Суп с макаронами и овощами	100 г	7.0	6.0	10.0	90
11. Суп с лапшой и овощами	100 г	7.5	6.5	10.5	95
12. Суп с вермишелью и овощами	100 г	8.0	7.0	11.0	100
13. Суп с спагетти и овощами	100 г	8.5	7.5	11.5	105
14. Суп с равиоли и овощами	100 г	9.0	8.0	12.0	110
15. Суп с пельменями и овощами	100 г	9.5	8.5	12.5	115
16. Суп с варениками и овощами	100 г	10.0	9.0	13.0	120
17. Суп с блинчиками и овощами	100 г	10.5	9.5	13.5	125
18. Суп с оладьями и овощами	100 г	11.0	10.0	14.0	130
19. Суп с сырниками и овощами	100 г	11.5	10.5	14.5	135
20. Суп с творожками и овощами	100 г	12.0	11.0	15.0	140
21. Суп с запеканкой и овощами	100 г	12.5	11.5	15.5	145
22. Суп с биточками и овощами	100 г	13.0	12.0	16.0	150
23. Суп с котлетами и овощами	100 г	13.5	12.5	16.5	155
24. Суп с тефтелями и овощами	100 г	14.0	13.0	17.0	160
25. Суп с фрикадельками и овощами	100 г	14.5	13.5	17.5	165
26. Суп с мясными шариками и овощами	100 г	15.0	14.0	18.0	170
27. Суп с куриными шариками и овощами	100 г	15.5	14.5	18.5	175
28. Суп с рыбными шариками и овощами	100 г	16.0	15.0	19.0	180
29. Суп с морепродуктами и овощами	100 г	16.5	15.5	19.5	185
30. Суп с кальмарами и овощами	100 г	17.0	16.0	20.0	190
31. Суп с креветками и овощами	100 г	17.5	16.5	20.5	195
32. Суп с мидиями и овощами	100 г	18.0	17.0	21.0	200
33. Суп с осьминогами и овощами	100 г	18.5	17.5	21.5	205
34. Суп с рапанами и овощами	100 г	19.0	18.0	22.0	210
35. Суп с морскими гребешками и овощами	100 г	19.5	18.5	22.5	215
36. Суп с морскими ежами и овощами	100 г	20.0	19.0	23.0	220
37. Суп с морскими анчоусами и овощами	100 г	20.5	19.5	23.5	225
38. Суп с морскими карпами и овощами	100 г	21.0	20.0	24.0	230
39. Суп с морскими окунями и овощами	100 г	21.5	20.5	24.5	235
40. Суп с морскими лещами и овощами	100 г	22.0	21.0	25.0	240
41. Суп с морскими карасями и овощами	100 г	22.5	21.5	25.5	245
42. Суп с морскими плотвами и овощами	100 г	23.0	22.0	26.0	250
43. Суп с морскими ельцами и овощами	100 г	23.5	22.5	26.5	255
44. Суп с морскими рябками и овощами	100 г	24.0	23.0	27.0	260
45. Суп с морскими угрями и овощами	100 г	24.5	23.5	27.5	265
46. Суп с морскими щуками и овощами	100 г	25.0	24.0	28.0	270
47. Суп с морскими сомами и овощами	100 г	25.5	24.5	28.5	275
48. Суп с морскими налимами и овощами	100 г	26.0	25.0	29.0	280
49. Суп с морскими карасями и овощами	100 г	26.5	25.5	29.5	285
50. Суп с морскими плотвами и овощами	100 г	27.0	26.0	30.0	290
51. Суп с морскими ельцами и овощами	100 г	27.5	26.5	30.5	295
52. Суп с морскими рябками и овощами	100 г	28.0	27.0	31.0	300
53. Суп с морскими угрями и овощами	100 г	28.5	27.5	31.5	305
54. Суп с морскими щуками и овощами	100 г	29.0	28.0	32.0	310
55. Суп с морскими сомами и овощами	100 г	29.5	28.5	32.5	315
56. Суп с морскими налимами и овощами	100 г	30.0	29.0	33.0	320
57. Суп с морскими карасями и овощами	100 г	30.5	29.5	33.5	325
58. Суп с морскими плотвами и овощами	100 г	31.0	30.0	34.0	330
59. Суп с морскими ельцами и овощами	100 г	31.5	30.5	34.5	335
60. Суп с морскими рябками и овощами	100 г	32.0	31.0</		

Биточки "Дружба" с соусом красным основным	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62
Итого по меню Комплекс №1	69-43	18	17	74	512

Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие порционно, 250/40 (огурцы)	290	16.66	15.71	54.55	404
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	038	2.47	0.38	15.58	76
Итого по меню Комплекс №2	88-60	19	16	85	539

Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие порционно, 250/40 (огурцы)	290	18.66	15.71	54.55	404
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	038	2.47	0.38	15.58	76
Скидка		0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4	73-15	19	16	85	539

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 180/5	185	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1.3	0.2	8.2	40
Итого по меню Комплекс №5	9-60	5	3	34	184

Биточки "Дружба" с соусом красным основным	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	031	2.01	0.31	12.71	62

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	2.35	2.86	19.29	105
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	022	1.43	0.22	9.02	44
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №6	109-66	22	20	130	779

Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие порционно, 250/40 (огурцы)	290	16.66	15.71	54.55	404
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	038	2.47	0.38	15.58	76

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	230	2.11	2.64	17.63	96
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	025	1.62	0.25	10.25	50
Итого по меню Комплекс №7	109-66	23	19	130	751

Калькулятор: