



Общество с ограниченной ответственностью
«Вкус и Качество»

«Согласовано»:


Директор
МБОУ «Гимназия № 11»
г. Пермь
А. Ю. Кудина

Дополнительный ассортимент блюд
в образовательных учреждениях

«Утверждаю»

ООО «Вкус и Качество»
Директор Т.Л.Кудинова



Сентябрь 2021 г.

Кудина

ООО "Вкус и Качество"

День 1

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Холодные закуски						
САЛАТ "ВЕСНА"	100	1,74	5,80	8,52	68,36	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ(СБ2018)	100	2,64	6,17	15,06	127,47	
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,60	10,09	3,25	112,64	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,38	10,08	8,07	128,46	
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,91	10,17	7,15	124,58	
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,85	6,57	17,56	144,19	
Первые блюда						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250/10	12,07	11,55	11,79	192,16	
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/10	13,60	10,44	32,20	278,90	
БУЛЬОН ИЗ КУР ПРОЗРАЧНЫЙ,	50/200	12,69	10,56	1,71	152,85	
Вторые блюда						
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	100	11,34	6,04	4,53	118,13	
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВ.СВИНИНЫ	50/50	13,28	31,71	6,76	347,72	
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ. ,	90	16,53	17,83	13,06	279,40	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ (СБ2018) .	80	8,80	19,12	0,32	208,56	
ПЕЧЕНЬ ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ	50/15	13,44	13,21	8,34	206,24	
БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	70	11,28	10,60	7,07	169,75	
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	8,65	13,73	37,54	309,09	
Гарниры						
ОВОЩИ ПО-ГАВАЙСКИ (СМЕСЬ ОВОЩНАЯ)	150	2,85	11,75	15,90	181,46	
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ.	150	8,93	9,02	31,92	245,04	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,27	36,01	222,66	
Соусы						
СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89	
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70	
Напитки						
ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12	
ЧАЙ "гринфилд" с сахаром	200			9,24	36,96	
ЧАЙ "гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12	
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00	

СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,93	0,11	38,84	166,04

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 2

Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
----------------	-------	-------	------	----------	---------

Холодные закуски

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,14	10,14	10,63	138,62
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (СБ2018)	100	3,29	8,09	7,74	116,88
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОХА	100	3,09	7,15	10,53	119,26
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100	2,24	11,02	3,46	121,95
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,06	10,20	5,52	119,61
ЖЕЛЕ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО (СБ2018)	100			14,85	59,38

Первые блюда

РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	11,66	11,33	15,47	203,33
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	15,48	9,13	29,52	263,33
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	1/20/250/10	11,50	8,96	8,27	160,66

Вторые блюда

СУФЛЕ РЫБНОЕ,	100	17,99	8,69	4,67	169,12
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (1ВАРИАНТ) .	50/50	15,30	17,31	3,61	231,16
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ (СБ2018)	100	21,57	14,16	7,64	229,26
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (ПАРОВОЙ) .	75	12,11	11,20	4,82	168,86
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ,	90	13,47	13,02	6,45	197,24
ПОДЖАРКА ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	50/15	12,98	21,25	2,94	255,15
ЯЗЫК ОТВАРНОЙ	50/5	13,52	14,30	2,19	184,23
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ,	150	4,32	5,95	22,46	161,36

Гарниры

КАПУСТА ЖАРЕНАЯ С ЯЙЦОМ	150	34,96	7,64	88,00	560,61
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (СБ2018)	150	9,56	9,68	32,08	253,86

Соусы

СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70

Напитки

ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28

ЧАЙ "Гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 3

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Холодные закуски						
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ	100/1/2	5,06	12,45	10,52	174,54
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ	100	1,72	6,51	11,81	113,08
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,00	10,17	3,46	109,38
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	100	1,73	0,12	16,53	75,94
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,94	8,10	11,55	126,95
	ГРУШИ ПЕЧЕННЫЕ С МЕДОМ	85	0,45	0,26	29,08	84,59
Первые блюда						
	УХА РЫБАЦКАЯ	200	6,62	3,55	10,92	102,21
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10	12,99	11,79	14,86	210,24
	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ	200/10	7,42	5,36	8,01	110,90
Вторые блюда						
	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	14,69	15,85	11,61	248,35
	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ,	150/5	13,77	23,42	18,78	341,36
	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С ЯЙЦОМ	80/40	26,73	25,23	0,72	336,44
	СЕРДЕЧКИ КУРИНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/50	0,90	7,29	3,25	69,37
	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).	90	13,33	13,44	4,46	192,36
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ(СБ2018)	150/30	34,83	11,38	42,82	374,55
Гарниры						
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.,	150	3,77	5,84	16,56	134,01
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018)	150	9,22	7,36	41,67	269,76
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ.	150	7,02	12,61	37,98	293,44
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,27	36,01	222,66
Соусы						
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
	СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70
Напитки						
	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12
	ЧАЙ "гринфилд" с сахаром	200			9,24	36,96
	ЧАЙ "гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
	МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00

СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	25,07	103,16
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	24,63	103,73

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и качество"

День 4

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Холодные закуски						
	СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ	95	6,80	11,39	6,46	155,73
	БУТЕРБРОД С ВАР.КОЛБАСАМИ(1ВАРИАНТ)Н/Б	30/20	4,59	5,43	15,46	129,87
	ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ	100	5,22	9,75	5,59	131,21
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (СБ2018)	100	3,48	6,49	20,95	157,63
	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100	2,24	11,02	3,46	121,95
	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И ЯБЛОКАМИ	100	1,37	10,15	6,02	121,14
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	5,09	8,99	7,28	130,32
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	100	1,73	0,12	16,53	75,94
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬМ ЛУКОМ	100	0,73	10,08	1,92	101,50
Первые блюда						
	ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,48	11,80	9,45	186,68
	БУЛЬОН С ПЕЛЬМЕНЯМИ,	200/25	6,20	4,69	5,64	89,46
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	250	19,79	15,86	13,84	277,57
Вторые блюда						
	РЫБА В ТЕСТЕ ЖАРЕНАЯ	100	14,67	27,49	15,34	367,41
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВ.ГОВЯДИНЫ(СБ2018)	50/50	16,74	17,77	6,76	235,77
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,78	22,96	0,44	316,02
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ2018)	90	14,32	14,41	13,53	241,84
	ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	75	12,09	11,36	7,58	181,88
	КАША "ДРУЖБА" (СБ2018)	200	5,34	7,42	26,33	194,16
Гарниры						
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ2018).	150	3,68	5,83	15,93	131,01
	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,27	36,01	222,66
Соусы						
	СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ/ПОРЦ(СБ2018)	10	0,06	8,26	0,08	74,78
Напитки						
	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12

ЧАЙ "Гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
ВОДА СВЯТ. ИСТОЧНИК (н/газ)	0,5			23,00	92,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СБ2018)	200	1,05	0,06	20,21	86,67

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 5

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
--	----------------	-------	-------	------	----------	---------

Холодные закуски

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (СБ201100		2,60	6,30	12,35	116,69
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,06	10,20	5,52	119,61
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	100	1,27	0,14	22,54	97,43
САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ	50/20	2,68	5,65	0,33	62,87
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	100	1,27	10,08	6,85	123,17
ЯЙЦО С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ, .	100	8,90	5,87	4,63	106,85

Первые блюда

ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10	24,00	12,48	11,80	9,45	186,68
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	34,00	15,48	9,13	29,52	263,33
БУЛЬОН С ПЕЛЬМЕНЯМИ,	200/25	50,00	6,20	4,69	5,64	89,46

Вторые блюда

БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВ.СВИНИНЫ	50/50	16,74	17,77	6,76	235,77
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	90	14,78	13,37	10,52	221,87
КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ	135	9,19	12,29	9,20	173,21
КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	70	11,28	10,60	7,07	169,75
ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ	135	11,42	19,91	3,24	238,02
ЯЗЫК ОТВАРНОЙ	50/5	13,52	14,30	2,19	184,23
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) ,	150	6,31	9,15	29,60	222,08

Гарниры

РИЗОТТО С ОВОЩАМИ (СБ2018)	150	4,34	11,59	31,91	249,92
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ.	150/2	3,05	6,21	24,37	165,86
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,27	36,01	222,66

Соусы

СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70

Напитки

ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,10

ЧАЙ "Гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,16	0,12	5,62	7,90

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 6

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
--	----------------	-------	-------	------	----------	---------

Холодные закуски

СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	100	7,05	18,18	8,97	227,79
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	100	1,94	8,37	12,27	132,28
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ (СБ2018)	100	1,62	6,29	11,76	110,40
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	3,05	11,90	7,39	148,80
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,14	10,08	9,07	132,68

Первые блюда

СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (СБ2018)	250	9,22	9,34	16,35	186,80
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (СБ2018)	250/10	11,68	11,33	15,52	203,66
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ	200/10	7,42	5,36	8,01	110,90

Вторые блюда

ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	100	11,78	5,34	10,10	136,67
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ	50/50	18,30	18,41	18,98	314,57
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ,	90	16,52	17,83	13,06	279,40
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	18,70	20,10	15,06	316,65
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ,	50/50	14,21	14,06	5,77	187,73
ЯЗЫК ОТВАРНОЙ	50/5	13,52	14,30	2,19	184,23
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018),	200	8,31	7,13	38,95	253,83
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ2018)	150	14,51	15,56	3,70	213,33

Гарниры

КАПУСТА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ	150	3,67	7,84	10,47	127,35
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	200	6,24	6,25	50,68	284,66
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	2,82	3,87	12,71	96,90

Соусы

СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70

Напитки

ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12

ЧАЙ "Гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 7

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
--	----------------	-------	-------	------	----------	---------

Холодные закуски

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (СБ2011	100	2,60	6,30	12,35	116,69
САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ	100	1,39	7,09	7,38	98,97
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	2,52	10,15	10,38	143,12
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,24	10,16	7,34	126,07
ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ	100	5,22	9,75	5,59	131,21
ЖЕЛЕ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО (СБ2018)	100			14,85	59,38

Первые блюда

СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ.	250/10	19,65	18,81	4,45	258,46
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ (р	200/14	12,69	8,88	13,76	185,96
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	1/20/250/10	11,50	8,96	8,27	160,66

Вторые блюда

СУФЛЕ РЫБНОЕ,	100	17,99	8,69	4,67	169,12
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ,,	150	16,04	16,44	14,39	269,63
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ(1ВАРИАНТ) .	50/50	15,30	17,31	3,61	231,16
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЕЖИКИ" (СБ2018)	70/30	11,71	15,14	11,18	227,94
ПЕЧЕНЬ ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ	50/15	13,44	13,21	8,34	206,24
КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018) .	90	15,01	14,41	10,41	232,71
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ(СБ2018	150/30	31,77	13,19	35,14	337,61
КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	4,98	8,72	32,69	229,49

Гарниры

РИЗОТТО С ОВОЩАМИ(СБ2018)	150	4,34	11,59	31,91	249,92
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,27	36,01	222,66
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ,	150	8,77	12,58	31,96	276,10

Соусы

СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70

Напитки

ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28

ЧАЙ "Гринфилд" с сахаром	200			9,24	36,96
ЧАЙ "Гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,90	77,64

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 8

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Холодные закуски						
	АССОРТИ ОВОЩНОЕ (ПОМИД, ОГУР, ПЕРЕЦ)	100	0,94	10,13	3,13	107,40
	САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	100	2,44	7,35	6,84	103,40
	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,60	10,09	3,25	112,64
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	100	1,27	10,08	6,85	123,17
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И КУРАГИ С ЙОГУРТОМ	100	2,07	0,39	16,48	79,03
	ЖЕЛЕ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО (СБ2018)	100			14,85	59,38
Первые блюда						
	КРЕМ-СУП ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200/20	12,83	8,38	25,76	231,96
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10	12,99	11,79	14,86	210,24
	БУЛЬОН С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	17/250	11,51	9,76	0,78	137,15
Вторые блюда						
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (СБ2018).	90	12,17	4,73	13,23	145,22
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.	80	11,62	11,10	7,13	175,39
	ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ	97/40	9,74	13,62	9,41	184,10
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ, ,	150	16,04	16,44	14,39	269,63
	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ (СБ2018).	80	8,80	19,12	0,32	208,56
	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ	70	11,28	10,60	7,07	169,75
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (СБ2018)	150	4,63	5,79	27,86	182,69
Гарниры						
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	100	1,95	4,57	12,26	98,80
	РИС ОТВАРНОЙ.	150	4,08	7,01	33,70	214,46
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	4,14	3,59	25,76	151,86
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,54	6,19	36,01	221,91
Соусы						
	СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70
Напитки						
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	8,00		15,04	60,12

ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" с сахаром	200			9,24	36,96
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 9

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
--	----------------	-------	-------	------	----------	---------

Холодные закуски

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	1,52	6,14	15,20	122,03
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	2,52	10,15	10,38	143,12
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КВ.КАПУСТОЙ	100	1,72	5,27	11,28	100,20
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,14	10,08	9,07	132,68
САЛАТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,85	6,57	17,56	144,19
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,24	10,16	7,34	126,07
ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЮ	100	5,22	9,75	5,59	131,21

Первые блюда

СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ/СМЕТАНОЙ	250/10	13,16	11,88	14,49	210,28
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГРЕБЕШКАМИ (СБ2018) .	250	13,46	8,28	16,93	196,38
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	1/20/250/10	11,50	8,96	8,27	160,66

Вторые блюда

РЫБА (ФИЛЕ ГОРБУШИ) ОТВАРНАЯ (СБ2018)	80	25,07	7,94	0,35	172,55
СУФЛЕ РЫБНОЕ,	100	17,99	8,69	4,67	169,12
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (1ВАРИАНТ) .	50/50	15,30	17,31	3,61	231,16
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	90	14,78	13,37	10,52	221,87
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ,	50/50	14,21	14,06	5,77	187,73
ПОДЖАРКА ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	50/15	12,98	21,25	2,94	255,15
КУРИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,78	22,96	0,44	316,02

Гарниры

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/ОВОЩИ ПО-МЕКСИКАНСКИ	75/75	3,08	8,72	19,16	168,04
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	2,82	3,87	12,71	96,90
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,27	36,01	222,66

Соусы

СОУС СМЕТАННЫЙ (порц)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70

Напитки

ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28

ЧАЙ "Гринфилд" с сахаром	200			9,24	36,96
ЧАЙ "Гринфилд" с ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	24,63	103,73
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34

ООО "Вкус и Качество"

День 10

	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
--	----------------	-------	-------	------	----------	---------

Холодные закуски

АССОРТИ ОВОЩНОЕ (ПОМИД, ОГУР, ПЕРЕЦ)	100	0,94	10,13	3,13	107,40
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (СБ2018)	100	3,29	8,09	7,74	116,88
САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ	50/20	2,68	5,65	0,33	62,87
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ (СБ2018)	100	1,62	6,29	11,76	110,40
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,91	10,17	7,15	124,58
ГРУШИ ПЕЧЕННЫЕ С МЕДОМ	85	0,45	0,26	29,08	84,59

Первые блюда

СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (СБ2018)	250	15,15	11,84	13,92	223,10
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СБ2018)	250/10	12,26	11,74	17,24	216,52
БУЛЬОН С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	9,53	7,92	2,22	118,65

Вторые блюда

МИНТАЙ ЖАРЕННЫЙ	100	19,17	8,11	4,94	169,45
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (СБ2018) .	90	12,17	4,73	13,23	145,22
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	50/30	16,34	18,36	10,26	271,41
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ2018)	90	14,13	15,53	5,20	217,20
КОТЛЕТЫ ПО-ХЛЫНОВСКИ	70/5	12,18	19,05	5,47	241,98
ПОДЖАРКА ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	50/15	12,98	21,25	2,94	255,15
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ (СБ2018)	150/30	34,83	11,38	42,82	374,55

Гарниры

КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ.	150	4,68	4,68	38,01	213,50
КАПУСТА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ	150	3,67	7,84	10,47	127,35
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ2018)	150	9,22	7,36	41,67	269,76

Соусы

СОУС СМЕТАННЫЙ (ПОРЦ)	20	0,31	1,92	0,72	13,89
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,25	1,25	1,91	19,93
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70

Напитки

ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,12
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12

ЧАЙ "Гринфилд" С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	9,45	38,12
МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ "ТОПТЫЖКА"	200			23,00	92,00
ЧАЙ "РАДУГА"	200			23,00	92,00
СОК (Джустик)	200			23,00	92,00
СОК (ИНД. УПАК) 0,2	200			23,00	92,00
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,30	0,12	17,16	73,05

Хлебобулочные изделия

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24
БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34