

Меню

1 день

(понедельник)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

50 100 Салат из квашеной капусты

Супы

258 250/10/5 Рассольник "Ленинградский" с курой и сметаной

Основное блюдо

226 100 Биточки из свинины и говядины

Гарниры/Овощные блюда

270 150 Макароны

Напитки

111 200 Компот из свежих яблок

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Дополнительно

70 125 Йогурт

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

2 день

(вторник)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

61 100 Салат из свеклы с яблоком

Супы

142 250/10/5 Щи из свежей капусты с говядиной и сметаной

Основное блюдо

233 100 Рыба запечённая в сметанном соусе

Гарниры/Овощные блюда

83 150 Картофель отварной

Напитки

147 200 Кисель из кураги

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

3 день

(среда)

ккал	Выход гр.	Наименование блюд
Холодные закуски и салаты		
175	100	Салат картофельный с сельдью
Супы		
172	250/10	Суп с вермишелью и говядиной
Основное блюдо		
510	250	Запеканка картофельная с мясом (говядина + свинина)
Напитки		
129	200	Напиток лимонный
Хлеб		
95	40	Хлеб
100	40	Булка
Дополнительно		
86	150	Апельсин

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

4 день

(четверг)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

16 100 Помидоры свежие

Супы

135 250/10/5 Борщ из свежей капусты со свининой и сметаной

Основное блюдо

432 250 Плов куриный

Напитки

86 200 Сок фруктовый

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Дополнительно

214 75 Ватрушка с творогом

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

5 день

(пятница)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

123 100 Винегрет

Супы

121 250/10/10 Суп картофельный с горохом, курой и гренками

Основное блюдо

188 100 Котлеты рыбные

Гарнир

290 150 Картофель тушеный

Напитки

81 200 Напиток из плодов шиповника

Дополнительно

70 150 Яблоко

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

6 день

(суббота)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

74 100 Икра морковная

Супы

141 250 Суп "Крестьянский" с говядиной и сметаной

Основное блюдо

237 100/50 Печень говяжья тушёная в соусе

Гарнир

301 200 Макароны

Напитки

104 200 Напиток яблочный

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

7 день

(понедельник)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

89 100 Салат из квашеной капусты с маслом растительным

Супы

126 250 Суп картофельный с рыбой

Основное блюдо

230 100 Тефтели из говядины в сметанном соусе

Гарнир

274 200 Греча отварная

Напитки

93 200 Компот из сухофруктов

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Дополнительно

87 125 Йогурт

Генеральный директор ООО "Лидер"

Фольмеев А.А.



Меню

8 день

(вторник)

ккал	Выход гр.	Наименование блюд
Холодные закуски и салаты		
14	100	Огурцы свежие
Супы		
108	250/10/5	Суп из овощей кури со сметаной
Основное блюдо		
427	250	Жаркое по-домашнему со свининой
Напитки		
111	200	Компот из свежих яблок
Хлеб		
95	40	Хлеб
100	40	Булка
Дополнительно		
187	60	Булочка "Домашняя"

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

9 день

(среда)

ккал	Выход гр.	Наименование блюд
Холодные закуски и салаты		
139	100	Салат овощной с сельдью
Супы		
105	250/25	Суп картофельный с мясными фрикадельками
Основное блюдо		
230	100	Котлеты рубленые из курицы
Гарнир		
301	200	Макароны
Напитки		
102	200	Напиток апельсиновый
Дополнительно		
70	150	Яблоко свежее
Хлеб		
95	40	Хлеб
100	40	Булка

Генеральный директор ООО "Идеал"



Меню

10 день

(четверг)

ккал	Выход гр.	Наименование блюд
Холодные закуски и салаты		
109	100	Салат из свежих помидоров с маслом растительным
Супы		
140	250/10/5	Борщ с фасолью, говядиной со сметаной
Основное блюдо		
267	100	Рыба запечённая в омлете
Гарнир		
192	200	Картофельное пюре
Напитки		
129	200	Напиток лимонный
Хлеб		
95	40	Хлеб
100	40	Булка

Генеральный директор ООО "Лидер"



Меню

11 день

(пятница)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

120 100 Салат из свеклы с сыром и чесноком

Супы

172 250/10 Суп с вермишелью, картофелем и говядиной

Основное блюдо

185 100/20 Филе куриное в сметанном соусе

Гарнир

270 200 Рис отварной

Напитки

102 200 Напиток из клюквы

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Дополнительно

72 200 Банан

Генеральный директор ООО "Тидер"



Меню

12 день

(суббота)

ккал Выход гр.

Наименование блюд

Холодные закуски и салаты

61 100 Салат из соленых огурцов с луком

Супы

197 250/10/5 Щи из свежей капусты со свиной и сметаной

Основное блюдо

281 100 Зразы рубленые из говядины

Гарнир

139 200 Овощи в молочном соусе

Напитки

112 200 Компот из изюма

Хлеб

95 40 Хлеб

100 40 Булка

Генеральный директор ООО "Лидер"

