

Согласовано

Генеральный директор

№

ООО "Единая сеть питания Северо-запад"

Директор

Ликучев Д.А.

Меню Свободного выбора

с 01.04.2025

№	Наименование блюда	Состав	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Э/Ц ккал	Цена
Закуски холодные								
1	Салат из соленых огурцов с луком	Огурцы соленые, Лук репка, Масло растительное	100	0,86	5,11	2,61	60	30
2	Салат из квашеной капусты	Капуста квашеная, Лук репка, Сахар, Масло растительное	100	0,87	5,10	9,29	87	30
3	Винегрет овощной	Картофель, Огурцы соленые, Свекла, Лук репка, Морковь, Масло растительное, Соль	100	1,21	10,17	7,33	126	30
4	Салат витаминный (1-й вариант)	Капуста белок, Яблоки, Морковь, Сахар, Масло растительное, Соль	100	1,14	5,18	10,88	95	30
5	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Картофель, Горошек консервы, Огурцы соленые, Масло растительное, Лук репка, Соль	100	1,82	6,27	10,31	105	40
6	Огурцы натуральные соленые	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	11	30
7	Салат из свеклы отварной	Свекла, Масло растительное, Соль	100	1,47	6,09	8,62	95	30
8	Салат "Свеколка"	Свекла, Масло растительное, Изюм, Курага	100	1,60	10,12	14,57	156	30
9	Винегрет овощной с сельдью	Сельдь тушка с/г н/р с/с, Картофель, Огурцы соленые, Свекла, Лук репка, Морковь, Масло растительное, Соль	100/20	3,40	12,88	7,33	158	60
10	Помидоры натуральные свежие	Томаты	100	1,10	0,20	3,80	21	65
11	Салат из свежих помидоров и огурцов	Томаты, Огурцы св, Лук зеленый, Масло растительное	100	0,93	6,14	2,87	70	65
12	Салат из свежих огурцов	Огурцы св, Масло растительное, Петрушка св	100	0,67	10,09	1,81	101	70
13	Салат зеленый с огурцами и помидорами	Капуста пекинская, Огурцы св, Томаты, Масло растительное, Петрушка св	100	1,02	10,14	2,31	105	60
14	Салат из свеклы с сыром и соусом	Свекла, Соус салатный, Сыр полутвердый	100	1,47	6,09	8,62	95	45
15	Яйцо отварное с гарниром и соусом	Яйцо куриное, Картофель, Соус салатный, Горошек консервы, Огурцы соленые, Лук репка, Масло растительное	120	6,29	22,76	7,10	258	60
16	Яйцо вареное с горошком и соусом	Яйцо куриное, Горошек консервы, Соус салатный	100	6,44	19,08	3,52	212	60
17	Салат картофельный с солеными огурцами и соусом	Картофель, Морковь, Огурцы соленые, Соус салатный, Лук репка, Соль	100	1,36	11,03	9,49	143	45
18	Салат Цезарь	Яйцо куриное, Томаты, Капуста пекинская, Цыпленок филе, Соус салатный, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сыр полутвердый, Масло растительное	100	10,18	16,34	6,13	212	80
19	Салат фруктовый с яблочным соком	Апельсин, Киви свежие, Яблоки, Сок яблоко	100	0,56	0,27	9,34	42	50
20	Салат Нежный с соусом	Яйцо куриное, Капуста пекинская, Кукуруза конс, Горошек консервы, Соус салатный, Соль	100	3,28	12,69	3,36	141	55
21	Салат из свеклы отварной с яйцом	Яйцо куриное, Свекла, Масло растительное, Соль	100	1,47	6,09	8,62	95	40
22	Сельдь с луком	Сельдь тушка с/г н/р с/с, Лук репка, Масло растительное	50	3,48	9,08	1,23	101	55
23	Салат Свежесть с соусом	Капуста пекинская, Огурцы св, Ветчина, Соус салатный, Соль	100	3,17	12,47	2,36	134	65
24	Ролл с курицей, овощами, соусом салатным	Лаваш армянский, Цыпленок филе, Соус салатный, Томаты, Огурцы св, Капуста пекинская	200	17,68	30,50	35,94	488	135

25	Ролл с ветчиной и сыром	Лаваш армянский, Соус салатный, Томаты, Ветчина, Огурцы св, Сыр полутвердый, Капуста пекинская	200	14,28	32,20	35,08	488	135
26	Огурцы натуральные свежие	Огурцы св	100	0,70	0,10	1,90	11	70
27	Салат из свежих помидоров	Томаты, Лук зеленый, Масло растительное	100	1,09	6,16	3,47	74	65
28	Салат "Школьные годы"	Капуста белок, Огурцы св, Томаты, Масло растительное, Соль	100	1,10	10,11	3,12	108	50
29	Салат "Сельдь под шубой"	Сельдь тушка с/г н/р с/с, Картофель, Свекла, Соус салатный, Морковь, Лук репка, Петрушка св	100	3,27	17,24	7,32	198	65
30	Салат "Арагонский"	Яйцо куриное, Томаты, Капуста пекинская, Ветчина, Маслины б/к консервы, Перец сладкий свежий, Масло растительное, Соль	100	2,38	9,20	2,42	102	65
31	Салат зеленый с ветчиной и сыром	Капуста пекинская, Огурцы соленые, Сыр полутвердый, Ветчина, Масло растительное, Соль	100	5,87	15,39	0,94	166	75
32	Салат Оливье	Яйцо куриное, Картофель, Ветчина, Огурцы соленые, Горошек консервы, Морковь, Соус салатный, Петрушка св, Соль	100	2,39	12,10	5,81	142	60
33	Салат Столичный	Яйцо куриное, Картофель, Цыпленок филе, Огурцы соленые, Соус салатный, Петрушка св, Соль	100	16,88	29,54	13,70	388	65
34	Салат Греческий	Сыр Фета, Томаты, Огурцы св, Перец сладкий свежий, Капуста пекинская, Маслины б/к консервы, Масло растительное, Петрушка св	100	3,68	10,11	3,37	119	75
35	Салат зеленый с маслинами и гренками	Капуста пекинская, Маслины б/к консервы, Томаты, Соус салатный, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сыр полутвердый	100	3,78	18,23	10,69	222	80
36	Рыба под маринадом	Минтай филе, Морковь, Лук репка, Мука пшеничная в/с, Паста томатная, Масло растительное, Соль, Сахар	50/50	3,68	10,11	3,37	119	90

Сэндвичи, бутерброды

37	Бутерброд с колбасой с/к	Колбаса с/к, Хлеб батон Нарезной в нарезке	40	1,54	0,60	10,02	52	
38	Бутерброд с сыром	Сыр полутвердый, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло сливочное	50	6,85	14,17	10,10	196	50
39	Бутерброд с ветчиной и свежим огурцом	Ветчина, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Огурцы св	50	1,61	0,61	10,21	53	45
40	Бутерброд закрытый с ветчиной и сыром	Хлеб батон Нарезной в нарезке, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Капуста пекинская, Огурцы соленые, Паста томатная	150	8,91	17,36	21,84	280	85
41	Бутерброд закрытый с мясной котлетой	Хлеб батон Нарезной в нарезке, Говядина блочная б/к с/м, Соус салатный, Капуста пекинская, Огурцы св, Паста томатная, Масло растительное	130	11,31	18,56	28,12	325	95
42	Гамбургер с куриной отбивной	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Мука пшеничная в/с, Соус салатный, Масло растительное, Капуста пекинская, Огурцы св, Молоко, Паста томатная, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	150	17,52	18,26	41,66	401	95
43	Сэндвич "Дорожный" с ветчиной и сыром	Контейнер д/бутерброда 187x80x83мм, Хлеб Тостовый, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Капуста пекинская, Огурцы соленые, Паста томатная	150	13,62	18,74	35,40	365	100
44	Гамбургер с ветчиной и сыром	Мука пшеничная в/с, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Капуста пекинская, Огурцы соленые, Молоко, Масло растительное, Паста томатная, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	150	10,82	18,32	38,64	363	85
45	Гамбургер с мясной котлетой	Мука пшеничная в/с, Говядина блочная б/к с/м, Соус салатный, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Капуста пекинская, Масло растительное, Огурцы св, Молоко, Паста томатная, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	150	13,23	19,53	44,93	408	95
46	Сэндвич "Дорожный" с курицей	Контейнер д/бутерброда 187x80x83мм, Цыпленок филе, Хлеб Тостовый, Соус салатный, Капуста пекинская, Огурцы соленые, Паста томатная, Соль	150	23,73	14,66	35,82	371	100

Блины, оладьи

47	Блины с джемом	Яйцо куриное, Молоко, Мука пшеничная в/с, Джем, Сахар, Масло растительное, Соль	150/20	11,27	8,23	66,25	384	60
48	Блины со сгущенным молоком	Яйцо куриное, Молоко, Мука пшеничная в/с, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Сахар, Масло растительное, Соль	150/20	12,61	9,93	63,04	393	60
49	Блинчики с яблоками	Яйцо куриное, Молоко, Яблоки, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное, Пудра сахарная, Соль	150	18,35	22,31	2,54	285	60
50	Блинчики с капустой	Яйцо куриное, Капуста белок, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Лук репка, Сахар, Соль, Зелень укроп свежий	150	9,18	16,35	40,40	345	60
51	Оладьи с джемом	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Джем, Масло растительное, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	150/20	9,38	9,35	75,99	425	45
52	Оладьи со сгущенным молоком	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Масло растительное, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	150/20	10,71	11,05	72,78	434	45
53	Оладьи с яблоками	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Яблоки, Масло растительное, Сахар, Пудра сахарная, Соль, Дрожжи сухие	150	8,49	9,29	60,63	360	45
54	Блинчики с ветчиной и сыром	Яйцо куриное, Молоко, Мука пшеничная в/с, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Масло растительное, Сахар, Соль	150	9,42	13,07	46,41	341	70
55	Блинчики с картофелем	Яйцо куриное, Картофель, Молоко, Мука пшеничная в/с, Лук репка, Масло растительное, Сахар, Соль	150	8,99	13,19	45,42	336	60
56	Блинчики кружевные со сгущенным молоком	Блинчики с/м, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Масло растительное	135/20	1,44	3,70	11,10	84	65
57	Блинчики кружевные с джемом	Блинчики с/м, Джем, Масло растительное	135/20	0,11	2,00	14,32	76	65

Первые блюда

58	Суп картофельный с рыбой	Картофель, Минтай филе, Морковь, Лук репка, Масло растительное, Соль	230/20	6,53	5,50	18,38	150	55
59	Суп картофельный с фасолью	Картофель, Фасоль кр сухая, Морковь, Лук репка, Масло растительное, Соль	250	5,45	5,65	19,23	150	45
60	Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	Свекла, Картофель, Капуста белок, Морковь, Лук репка, Говядина блочная б/к с/м, Сметана, Масло растительное, Паста томатная, Сахар, Соль	240/5/5	3,13	6,88	12,10	123	55
61	Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей	Картофель, Цыпленок-бройлер, Морковь, Лук репка, Макароны, Масло растительное, Соль, Паста томатная	240/10	5,25	5,10	17,93	138	55
62	Суп из овощей с птицей и сметаной	Картофель, Капуста белок, Цыпленок-бройлер, Горошек консервы, Морковь, Лук репка, Сметана, Масло растительное, Соль	235/10/5	4,55	8,03	10,63	133	55
63	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	Капуста белок, Картофель, Морковь, Говядина блочная б/к с/м, Лук репка, Сметана, Масло растительное, Соль, Паста томатная	235/10/5	4,50	7,95	8,78	125	55
64	Суп картофельный с фасолью и птицей	Картофель, Фасоль кр сухая, Морковь, Цыпленок-бройлер, Лук репка, Масло растительное, Соль	240/10	7,93	7,75	18,50	175	55
65	Суп картофельный с рисом и птицей	Картофель, Цыпленок-бройлер, Морковь, Лук репка, Крупа рис пропаренный, Масло растительное, Соль	240/10	4,73	5,08	16,65	130	55
66	Суп картофельный с горохом и гречками	Картофель, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Горох шлифованный, Морковь, Лук репка, Масло сливочное, Соль	230/20	7,88	5,29	34,48	216	45
67	Щи из свежей капусты с картофелем и птицей	Капуста белок, Картофель, Морковь, Лук репка, Цыпленок-бройлер, Масло растительное, Паста томатная, Соль	245/5	3,13	6,25	8,90	105	55
68	Рассольник ленинградский со свиной	Картофель, Огурцы соленые, Морковь, Свиная блочная б/к с/м, Лук репка, Крупа перловая, Масло растительное, Соль	245/5	3,60	6,25	16,63	138	55

69	Суп картофельный с горохом, свининой и гречками	Картофель, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Горох шлифованный, Свинина блочная б/к с/м, Морковь, Лук репка, Масло сливочное, Соль	220/10/20	10,40	7,03	33,75	240	55
70	Солянка домашняя со свининой и сметаной	Картофель, Лук репка, Свинина блочная б/к с/м, Огурцы соленые, Сметана, Лимон, Сосиски, Ветчина, Паста томатная, Масло растительное, Морковь, Соль	250/10	20,10	23,10	44,60	470	90

Вторые блюда

71	Биточки рубленые из говядины	Говядина блочная б/к с/м, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло растительное, Соль	100	15,37	13,06	12,53	229	100
72	Рыба, тушенная с овощами	Минтай филе, Морковь, Лук репка, Масло растительное, Зелень укроп свежий, Паста томатная, Сахар	100	13,46	13,42	4,83	194	90
73	Суфле из курицы	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Соль	100	22,53	8,50	2,56	177	100
74	Печень по-строгановски	Говядина печень, Сметана, Масло растительное, Паста томатная, Мука пшеничная в/с, Соль	100	16,64	10,88	3,06	177	85
75	Жаркое по-домашнему	Картофель, Свинина блочная б/к с/м, Лук репка, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	18,29	36,26	24,22	497	145
76	Котлета рыбная любительская	Яйцо куриное, Минтай филе, Морковь, Молоко, Лук репка, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло сливочное, Соль	100	14,09	12,58	6,69	196	90
77	Рагу из мяса птицы (курица)	Картофель, Цыпленок филе, Морковь, Лук репка, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	25,87	6,67	24,82	264	120
78	Тефтели мясные (1-й вариант)	Говядина блочная б/к с/м, Лук репка, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная в/с, Соль, Паста томатная	100	10,28	15,63	12,12	230	100
79	Плов куриный	Цыпленок филе, Крупа рис пропаренный, Морковь, Лук репка, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	24,72	13,03	43,63	391	125
80	Печень, тушенная в соусе	Говядина печень, Сметана, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	13,75	9,64	5,30	163	80
81	Биточки рыбные	Минтай филе, Молоко, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль	90	13,27	12,43	17,51	235	90
82	Филе рыбы в тесте	Яйцо куриное, Минтай филе, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	80	13,18	19,65	9,86	269	90
83	Филе рыбы запеченное с овощами	Яйцо куриное, Минтай филе, Морковь, Лук репка, Соус салатный, Масло растительное, Соль	100	14,06	24,80	3,22	292	100
84	Шницель из курицы	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль	100	21,90	7,74	17,44	227	110
85	Шашлык из филе куриного	Шампуры Бамбук, Цыпленок филе, Соус салатный, Лук репка, Масло растительное, Соль	100	26,09	14,30	1,17	238	115
86	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Цыпленок филе, Сметана, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	50/50	16,79	5,28	3,50	129	110
87	Филе куриное в яйце	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль	100	23,95	10,51	5,99	214	110
88	Ножка куриная запеченная	Цыпленок окорочка с/м, Масло растительное, Соус салатный, Чеснок, Соль	120	33,33	32,11	0,13	423	125
89	Филе куриное запеченное с помидорами	Цыпленок филе, Соус салатный, Томаты, Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Масло растительное, Соль	100	26,09	14,30	1,17	238	110
90	Курица, запеченная с картофелем под соусом	Картофель, Цыпленок филе, Сметана, Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Масло растительное, Соль	200	20,32	8,40	19,96	236	125
91	Филе куриное пикантное, запеченное под сыром	Цыпленок филе, Соус салатный, Сыр полутвердый, Мука пшеничная в/с, Паста томатная, Масло растительное, Соль	100	24,83	22,83	6,09	329	110
92	Биточки рубленые куриные	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Мука пшеничная в/с, Масло растительное	100	26,56	23,76	13,47	374	100
93	Котлеты пожарские	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Лук репка, Масло растительное, Соль	100	30,24	29,17	11,81	431	105

94	Сосиска отварная	Сосиски	50	6,00	11,00	1,50	129	60
95	Чахохбили	Цыпленок окорочка с/м, Лук репка, Паста томатная, Масло растительное, Морковь, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар, Чеснок	100/50	33,33	32,11	0,13	423	125
96	Бефстроганов из говядины	Говядина блочная б/к с/м, Лук репка, Сметана, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	16,12	16,02	4,46	227	120
97	Гуляш из говядины	Говядина блочная б/к с/м, Морковь, Лук репка, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Соль, Паста томатная	100	15,64	12,45	2,96	186	120
98	Гуляш	Свинина блочная б/к с/м, Лук репка, Масло растительное, Паста томатная, Мука пшеничная в/с, Соль	100	11,57	25,16	2,77	284	100
99	Запеканка картофельная с печенью	Картофель, Говядина печень, Лук репка, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	200	15,30	9,52	35,84	290	100
100	Котлеты Домашние	Говядина блочная б/к с/м, Свинина блочная б/к с/м, Яйцо куриное, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло растительное, Сухари панировочные, Лук репка, Соль	100	10,06	12,73	12,05	203	105
101	Рулет куриный с луком и яйцом	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Лук репка, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Петрушка св, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	100	21,89	21,85	11,12	329	100
102	Шашлык из свинины	Шампуры Бамбук, Свинина блочная б/к с/м, Лук репка, Масло растительное, Соль	100	22,20	41,99	0,88	470	120
103	Люля-кебаб с соусом томатным	Свинина блочная б/к с/м, Лук репка, Паста томатная, Масло растительное, Морковь, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар	80/40	11,68	25,58	3,55	292	115
104	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Картофель, Минтай филе, Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Лук репка, Соль	240	16,27	19,75	22,20	331	120
105	Оладьи из печени	Говядина печень, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло растительное, Масло сливочное, Соль	100	19,15	19,47	8,05	284	85
106	Плов со свининой	Свинина блочная б/к с/м, Крупа рис пропаренный, Морковь, Лук репка, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	20,30	37,08	43,94	590	145
107	Котлеты рыбные	Минтай филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль	100	13,58	15,98	16,78	265	90
108	Котлеты рубленые из птицы	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Масло сливочное, Соль	100	28,67	32,66	16,81	476	105
109	Суфле из рыбы	Яйцо куриное, Минтай филе, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Масло растительное, Соль	100	17,18	16,84	2,63	231	90
110	Шницель рубленый куриный	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	18,32	3,96	13,75	164	95
111	Пудинг из печени с морковью	Яйцо куриное, Говядина печень, Морковь, Картофель, Лук репка, Масло сливочное	100	21,84	11,99	3,67	210	95
112	Сердце в соусе	Говядина сердце, Лук репка, Сметана, Масло растительное, Морковь, Мука пшеничная в/с, Паста томатная, Соль	100	14,21	10,90	5,77	178	85
113	Котлета по-киевски	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Сухари панировочные, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Петрушка св, Соль	100	20,66	20,02	21,13	347	115
114	Оладьи куриные	Цыпленок филе, Яйцо куриное, Лук репка, Мука пшеничная в/с, Соус салатный, Масло растительное, Соль	100	23,09	14,59	8,50	258	105
115	Запеканка картофельная с говядиной	Картофель, Говядина блочная б/к с/м, Лук репка, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	200	16,16	9,70	35,84	296	145
116	Рулет мясной с луком и яйцом	Яйцо куриное, Говядина блочная б/к с/м, Лук репка, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Петрушка св, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	100	13,09	12,52	11,12	210	100

117	Свинина по-французски	Картофель, Свинина блочная б/к с/м, Соус салатный, Лук репка, Сыр полутвердый, Масло растительное, Соль	50/150	16,40	36,22	25,82	494	140
118	Филе рыбы в яйце	Яйцо куриное, Минтай филе, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль	100	14,06	24,80	3,22	292	100

119	Перец фаршированный мясом и рисом с соусом	Перец болгарский, Свинина блочная б/к с/м, Сметана, Лук репка, Крупа рис пропаренный, Мука пшеничная в/с, Соль, Паста томатная, Масло растительное	100/50	7,82	12,69	12,00	194	95
120	Пельмени отварные с маслом сливочным и сметаной	Пельмени детские с/м, Сметана, Масло сливочное, Соль	150/5/20	12,79	19,13	35,19	364	100
121	Голубцы с мясом и рисом	Капуста белокочанная, Свинина блочная б/к с/м, Лук репка, Сметана, Крупа рис пропаренный, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль, Паста томатная	150/50	15,20	16,82	12,48	262	110
122	Наггетсы запеченные	Наггетсы с/м, Масло растительное	105	27,23	17,10	9,78	302	110

Блюда из овощей, творога, яиц

123	Вареники ленивые со сгущенным молоком	Яйцо куриное, Творог 5,0%, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Мука пшеничная в/с, Сахар, Соль	150/20	24,79	13,18	34,10	354	100
124	Сырники из творога со сгущенным молоком	Творог 5,0%, Яйцо куриное, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное	75/20	14,19	12,60	30,21	291	85
125	Драники по-домашнему	Картофель, Мука пшеничная в/с, Лук репка, Масло растительное, Соль	150	20,60	31,70	165,50	1030	70
126	Запеканка из творога с молоком сгущенным	Творог 5,0%, Яйцо куриное, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Крупа манная, Сахар, Масло сливочное, Сметана, Сухари панировочные	100/20	16,61	9,46	28,98	268	100

Гарниры

127	Пюре картофельное	Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	150	3,33	5,48	22,02	150	52
128	Рис отварной	Крупа рис пропаренный, Масло сливочное, Соль	150	4,14	6,08	38,61	225	43
129	Каша гречневая рассыпчатая	Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль	150	8,72	6,41	39,44	251	43
130	Макаронные изделия отварные	Макароны, Масло сливочное, Соль	150	5,64	4,80	36,00	210	43
131	Капуста тушеная	Капуста белокочанная, Лук репка, Сахар, Масло сливочное, Паста томатная, Морковь, Мука пшеничная в/с, Соль	150	3,62	4,34	15,39	116	52
132	Картофель тушеный	Картофель, Лук репка, Морковь, Масло растительное, Паста томатная, Соль	150	3,17	12,57	24,35	224	52
133	Картофель запеченный	Картофель, Масло растительное	150	4,35	5,37	35,46	207	52
134	Макароны отварные с сыром	Макароны, Сыр полутвердый, Масло сливочное, Соль	180/20	12,22	10,26	44,46	320	70
135	Картофель отварной с зеленью	Картофель, Масло сливочное, Зелень укроп свежий, Соль	150	3,09	4,76	24,83	155	52
136	Овощи припущенные	Фасоль стручковая с/м, Морковь, Капуста цветная, Брокколи с/м, Масло растительное, Соль	150	3,29	3,39	5,76	66	85
137	Рагу из овощей (1-й вариант)	Картофель, Морковь, Капуста белокочанная, Лук репка, Масло растительное, Паста томатная, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар	150	1,89	6,64	14,31	125	52
138	Картофель по-деревенски с сыром	Картофель, Масло растительное, Сыр полутвердый, Чеснок	150	5,37	12,41	30,48	255	67
139	Соте из сезонных овощей	Морковь, Кабачки, Баклажаны, Перец болгарский, Масло растительное, Соль, Чеснок	150	12,10	42,00	64,80	690	90
140	Тыква запеченная с сахаром	Тыква, Сахар	150	1,82	6,30	9,72	104	65

Напитки

141	Кисель из кураги	Курага, Сахар, Крахмал	200	1,04	0,06	36,56	150	27
142	Компот из апельсинов	Апельсин, Сахар	200	0,46	0,10	28,00	114	27
143	Компот из изюма	Изюм, Сахар	200	0,46	0,10	28,14	116	27
144	Компот из свежих яблок	Яблоки, Сахар	200	0,16	0,16	27,88	114	27
145	Компот из смеси сухофруктов	Сухофрукты, Сахар	200	0,44		29,56	120	22
146	Сок яблочный	Сок яблоко	200			23,00	92	27
147	Сок апельсиновый	Сок апельсин	200	0,44		33,56	136	27
148	Компот из кураги	Сахар, Курага	200	1,04	0,06	34,16	142	27
149	Компот из свежих груш	Груша, Сахар	200	0,16	0,12	28,08	114	27

150	Напиток из варенья	Варенье в ассортименте, Сахар	200	0,08	0,04	26,10	106	27
151	Сок персиковый	Сок Персиковый 1,000л/1шт	200	0,60		33,00	134	27
152	Компот из смородины	Смородина черная, Сахар	200	0,16	0,06	16,06	66	27
153	Компот из вишни	Вишня, Сахар	200	0,12	0,04	16,56	68	27
154	Компот из клубники	Клубника, Сахар	200			16,32	66	27
155	Напиток из плодов шиповника	Сахар, Шиповник сухой	200	0,68	0,28	29,62	124	22
156	Сок мультифрукт	Сок Мультифрукт	200					27

Напитки горячие

157	Чай с сахаром (1 вариант)	Сахар, Чай черный листовой	200	0,14	0,04	10,02	42	12
158	Чай с лимоном и сахаром (1 вариант)	Сахар, Лимон, Чай черный листовой	200	0,18	0,04	10,14	42	12
159	Чай с вареньем	Варенье в ассортименте, Чай черный листовой	200	0,22	0,08	14,16	58	22

Фрукты

160	Яблоки	Варенье в ассортименте, Чай черный листовой	100	0,40	0,40	9,80	44	45
161	Мандарины	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35	45
162	Груши	Груша	100	0,40	0,30	10,30	46	45
163	Апельсины	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	38	45
164	Бананы	Бананы	100	1,50	0,50	21,00	95	45

Мучные, выпеченные изделия

165	Булочка школьная	Мука пшеничная в/с, Сахар, Соль, Масло сливочное	50	4,21	1,62	30,66	154	25
166	Сосиска, запеченная в тесте	Сосиски, Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Молоко, Масло растительное, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	100	10,55	17,19	36,56	343	67
167	Пицца школьная	Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Сосиски, Огурцы соленые, Соус салатный, Молоко, Масло растительное, Паста томатная, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	100	10,46	21,92	38,38	393	75
168	Пирожки печеные с изюмом	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Изюм, Молоко, Масло растительное, Сахар	60	3,67	4,40	38,88	210	37
169	Булочка домашняя	Мука пшеничная в/с, Молоко, Масло растительное, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	60	4,06	5,47	35,98	209	27
170	Булочка "Творожная"	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Творог 5,0%, Молоко, Сахар, Масло сливочное, Масло растительное	50	6,20	3,25	26,42	160	32
171	Булочка молочная	Мука пшеничная в/с, Молоко, Сахар, Масло растительное	50	4,68	1,73	31,67	161	27
172	Булочка с маком	Мука пшеничная в/с, Молоко, Масло растительное, Сахар, Мак пищевой семена, Масло сливочное, Дрожжи сухие	60	4,34	8,21	35,43	233	32
173	Булочка с корицей	Мука пшеничная в/с, Молоко, Сахар, Масло растительное, Масло сливочное, Корица молотая, Дрожжи сухие	60	3,88	6,80	36,40	223	32
174	Плюшка Московская	Мука пшеничная в/с, Молоко, Масло растительное, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	100	7,33	11,22	66,69	397	42
175	Хачапури с сыром	Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Яйцо куриное, Соус салатный, Молоко, Масло растительное, Сахар, Дрожжи сухие	80	8,46	15,83	35,58	318	67
176	Пирожок печеный с картофелем и луком	Картофель, Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Лук репка, Молоко, Масло растительное, Сахар	60	3,34	4,90	26,60	164	32
177	Пирожок печеный с яблоком	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Яблоки, Сахар, Молоко, Масло растительное	60	2,90	3,88	29,51	164	32
178	Пирожок печеный с рисом и яйцом	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Рис круглозерный, Молоко, Масло растительное, Сахар, Масло сливочное	60	3,74	5,87	28,09	180	32
179	Пирожок печеный с капустой и яйцом	Яйцо куриное, Капуста белок, Мука пшеничная в/с, Молоко, Масло растительное, Сахар	60	3,88	5,59	23,81	161	32
180	Пирожок печеный с повидлом	Повидло, Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Молоко, Масло растительное, Сахар	60	2,92	3,80	38,74	201	32

181	Пирожки печеные с курагой	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Курага, Сахар, Молоко, Масло растительное	60	3,83	4,19	36,47	199	37
182	Булочка с маком	Мука пшеничная в/с, Молоко, Масло растительное, Сахар, Мак пищевой семена, Масло сливочное, Соль, Дрожжи сухие	100	6,80	12,47	58,68	374	42
183	Булочка с корицей	Мука пшеничная в/с, Молоко, Сахар, Масло растительное, Масло сливочное, Корица молотая, Соль, Дрожжи сухие	100	6,46	11,31	60,61	370	42
184	Булочка домашняя	Мука пшеничная в/с, Молоко, Масло растительное, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	100	6,77	9,12	59,96	349	32
185	Шарлотка с яблоками	Яйцо куриное, Яблоки, Мука пшеничная в/с, Сахар, Пудра сахарная, Масло растительное	100	5,15	3,31	48,22	243	52
186	Булочка "Творожная"	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Творог 5,0%, Молоко, Сахар, Масло сливочное, Дрожжи сухие, Масло растительное	80	9,91	5,20	42,29	256	42
187	Ватрушка с творогом	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Творог 5,0%, Молоко, Масло растительное, Сахар, Дрожжи сухие	75	7,64	6,74	35,43	233	37
188	Булочка молочная	Мука пшеничная в/с, Молоко, Сахар, Соль, Масло растительное, Дрожжи сухие	80	7,49	2,77	50,67	258	32
189	Ватрушка с повидлом	Мука пшеничная в/с, Повидло, Яйцо куриное, Молоко, Масло растительное, Сахар, Дрожжи сухие	75	4,08	5,36	48,38	258	37
190	Пицца с ветчиной и помидорами	Мука пшеничная в/с, Томаты, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Молоко, Масло растительное, Паста томатная, Сахар, Соль, Дрожжи сухие	100	8,57	18,41	36,79	347	75
191	Пирожок печеный с ветчиной и сыром	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Молоко, Масло растительное, Сахар	60	3,34	4,90	26,60	164	47
192	Кекс "Столичный"	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Сахар, Изюм, Пудра сахарная, Сода	75	5,24	19,99	44,88	380	67
193	Маффин шоколадный	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Сахар, Какао порошок, Сода	75	6,55	19,67	38,60	358	67
194	Коржик молочный	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Молоко, Сода	75	4,86	9,39	49,94	304	52
195	Кекс "Творожный"	Яйцо куриное, Сахар, Мука пшеничная в/с, Творог 5,0%, Масло сливочное, Пудра сахарная, Масло растительное	75	6,62	12,87	40,71	305	67
196	Кекс "Творожный"	Яйцо куриное, Сахар, Мука пшеничная в/с, Творог 5,0%, Масло сливочное, Пудра сахарная, Масло растительное	50	4,41	8,58	27,14	204	47

Соусы горячие

197	Соус томатный	Паста томатная, Морковь, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар, Лук репка	50	0,48	3,03	3,62	44	7
-----	---------------	---	----	------	------	------	----	----------

Хлеб

198	Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	Хлеб батон Нарезной в нарезке	25	1,93	0,75	12,53	65	7
199	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,80	78	7