

*Аванесов*

| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                 | ккал         | белки        | жиры         | углев        |
|-------------------|------------|------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>               |              |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>       |              |              |              |              |
| 54-1з             | 20         | СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ | 71,7         | 4,7          | 5,9          | 0,           |
| 54-9к             | 250        | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ | 341,1        | 10,75        | 14,1         | 42,9         |
| Пром              | 100        | ФРУКТ (МАНДАРИН)             | 38,00        | 0,8          | 0,2          | 7,5          |
| 54-2гн            | 200        | ЧАЙ С САХАРОМ                | 26,8         | 0,2          | 0,           | 6,5          |
| Пром              | 45         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 105,75       | 3,6          | 0,45         | 21,7         |
| Пром              | 25         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 64,75        | 2,1          | 0,8          | 10,6         |
|                   | <b>640</b> | <b>ИТОГО</b>                 | <b>648,1</b> | <b>22,15</b> | <b>21,45</b> | <b>89,2</b>  |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                  |              |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>       |              |              |              |              |
| 54-11з            | 100        | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК     | 62,6         | 1,00         | 5,2          | 3,0          |
| 54-4 с            | 250        | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ          | 123,1        | 2,4          | 6,4          | 14,0         |
| 54-11 г           | 180        | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ            | 167,3        | 3,8          | 6,2          | 23,8         |
| 54-29 м           | 110        | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ      | 210,3        | 15,1         | 12,1         | 7,5          |
| 54-3 х            | 200        | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА         | 81,3         | 0,5          | 0,2          | 19,5         |
| Пром              | 60         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 141,0        | 4,7          | 0,6          | 29,00        |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ ОСОБЫЙ                  | 84,8         | 3,1          | 0,5          | 18,6         |
|                   | <b>940</b> | <b>ИТОГО</b>                 | <b>870,4</b> | <b>30,6</b>  | <b>31,2</b>  | <b>115,4</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К*Аванесов*

| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                         | ккал          | белки        | жиры         | углев        |
|-------------------|------------|--------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                       |               |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>               |               |              |              |              |
| 54-25 з           | 100        | ИКРА БАКЛАЖАННАЯ                     | 80,5          | 1,7          | 5,5          | 6,3          |
| 54-3г             | 200        | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ            | 276,9         | 10,5         | 9,1          | 38,1         |
| 54-23гн           | 200        | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ           | 86,0          | 3,8          | 2,9          | 11,3         |
| Пром              | 45         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 105,75        | 3,6          | 0,45         | 21,7         |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 77,7          | 2,55         | 1,0          | 12,75        |
|                   | <b>575</b> | <b>ИТОГО</b>                         | <b>626,85</b> | <b>22,15</b> | <b>18,95</b> | <b>90,15</b> |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                          |               |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>               |               |              |              |              |
| 54-11 з           | 100        | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК             | 123,7         | 1,00         | 10,2         | 7,2          |
| 54-1 с            | 250        | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ     | 90,1          | 2,0          | 6,15         | 6,6          |
| 54-6г             | 180        | РИС ОТВАРНОЙ                         | 244,2         | 4,4          | 5,8          | 43,8         |
| 54-14 р           | 120        | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (МИНТАЙ) | 134,6         | 15,5         | 4,8          | 7,3          |
| 54-1 хн           | 200        | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 81,           | 0,5          | 0,0          | 19,8         |
| Пром              | 60         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 141,0         | 4,7          | 0,6          | 29,00        |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 103,6         | 3,4          | 1,3          | 17,0         |
|                   | <b>950</b> | <b>ИТОГО</b>                         | <b>918,2</b>  | <b>31,5</b>  | <b>28,85</b> | <b>130,7</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К*С.В.*

| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                             | ккал          | белки        | жиры         | углев         |
|-------------------|------------|------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                           |               |              |              |               |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                   |               |              |              |               |
| 54-21з            | 100        | КУКУРУЗА САХАРНАЯ                        | 52,2          | 2,00         | 0,3          | 10,2          |
| 54-3о             | 200        | ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ                         | 268           | 11,8         | 19,6         | 6,9           |
| Пром              | 100        | ФРУКТ (БАНАН)**                          | 96,0          | 1,5          | 0,5          | 21,00         |
| 54-3 гн           | 200        | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                  | 27,9          | 0,3          | 0,           | 6,7           |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 70,5          | 2,3          | 0,3          | 14,5          |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 103,6         | 3,4          | 1,3          | 17,5          |
|                   |            |                                          |               |              |              |               |
|                   | <b>670</b> | <b>ИТОГО</b>                             | <b>618,2</b>  | <b>21,3</b>  | <b>22,00</b> | <b>76,8</b>   |
|                   |            |                                          |               |              |              |               |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                              |               |              |              |               |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                   |               |              |              |               |
| 54-7 з            | 100        | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ      | 62,70         | 1,00         | 5,20         | 3,00          |
| 54-7 с            | 250        | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 127,50        | 3,15         | 2,70         | 22,65         |
| 54-5 г            | 180        | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 224,6         | 5,3          | 6,3          | 36,5          |
| 367               | 100        | ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ                  | 175,7         | 11,4         | 13,3         | 2,6           |
| 54-2 хн           | 200        | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                         | 66,9          | 1,00         | 0,1          | 15,7          |
| Пром              | 60         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 141,0         | 4,7          | 0,6          | 29,00         |
| Пром              | 35         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 90,65         | 3,0          | 1,2          | 14,9          |
|                   |            |                                          |               |              |              |               |
|                   | <b>945</b> | <b>ИТОГО</b>                             | <b>889,05</b> | <b>29,55</b> | <b>29,4</b>  | <b>124,35</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                           | ккал          | белки       | жиры        | углев        |
|-------------------|------------|----------------------------------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                         |               |             |             |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                 |               |             |             |              |
| 53-19з            | 15         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)             | 99,15         | 0,15        | 10,8        | 0,15         |
| 282               | 200        | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ | 318,9         | 12,15       | 9,6         | 45,75        |
| Пром              | 100        | ФРУКТ (ЯБЛОКО) **                      | 47,0          | 0,4         | 0,4         | 9,8          |
| 54-4 гн           | 200        | ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ                | 50,9          | 1,6         | 1,1         | 8,7          |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 94,0          | 3,2         | 0,4         | 19,3         |
| Пром              | 20         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 51,8          | 1,7         | 0,7         | 8,5          |
|                   | <b>575</b> | <b>ИТОГО</b>                           | <b>661,75</b> | <b>19,2</b> | <b>23</b>   | <b>92,2</b>  |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                            |               |             |             |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                 |               |             |             |              |
| 54-2 з            | 100        | ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                       | 14,2          | 0,8         | 0,2         | 2,5          |
| 54-8с             | 250        | СУП ГОРОХОВЫЙ                          | 164           | 5,3         | 6,0         | 29,9         |
| 54-1г             | 180        | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                      | 236,1         | 6,5         | 5,9         | 39,3         |
| 54-18м            | 110        | ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ         | 226,2         | 14,0        | 14,3        | 7,9          |
| 54-5хн            | 200        | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ                | 42,5          | 0,2         | 0,1         | 10,2         |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 70,5          | 2,3         | 0,3         | 14,5         |
| Пром              | 25         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 64,75         | 2,1         | 0,8         | 10,6         |
|                   | <b>895</b> | <b>ИТОГО :</b>                         | <b>818,25</b> | <b>31,2</b> | <b>27,6</b> | <b>114,9</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

| №<br>реп. сб<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                               | ккал          | белки       | жиры         | углев        |
|-------------------|------------|--------------------------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                             |               |             |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                     |               |             |              |              |
| 54-17 з           | 100        | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЧЕРНОСЛИВА              | 94,7          | 1,5         | 0,2          | 25,5         |
| 54-9г             | 150        | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                             | 133,4         | 2,8         | 7,4          | 13,6         |
| 54-8м             | 100        | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ                | 195,2         | 13,7        | 11,8         | 8,3          |
| 54-2гн            | 200        | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 26,8          | 0,2         | 0,0          | 6,5          |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 70,5          | 2,4         | 0,3          | 14,5         |
| Пром              | 20         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 51,8          | 1,7         | 0,6          | 8,5          |
|                   | <b>600</b> |                                            | <b>572,4</b>  | <b>22,3</b> | <b>20,3</b>  | <b>76,9</b>  |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                                |               |             |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                     |               |             |              |              |
| 54-28 з           | 100        | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ                   | 42,           | 1,5         | 0,25         | 8,9          |
| 54-10с            | 250        | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ) | 117,75        | 2,4         | 6,3          | 12,9         |
| 54-11 г           | 180        | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                          | 167,3         | 3,8         | 6,2          | 23,8         |
| 54-18 М           | 110        | АЗУ                                        | 202,4         | 14,6        | 14,0         | 4,4          |
| 54-1 хн           | 200        | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 81,           | 0,5         | 0,           | 19,8         |
| Пром              | 60         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 141,0         | 4,7         | 0,6          | 29,00        |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 103,6         | 3,4         | 1,3          | 17,0         |
|                   | <b>940</b> | <b>ИТОГО :</b>                             | <b>855,05</b> | <b>30,9</b> | <b>28,65</b> | <b>115,8</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                          | ккал          | белки       | жиры        | углев        |
|-------------------|------------|---------------------------------------|---------------|-------------|-------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                        |               |             |             |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                |               |             |             |              |
| 54-1з             | 20         | СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ          | 71,7          | 4,7         | 5,9         | 0,0          |
| 54-1к             | 250        | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ                  | 259,9         | 7,3         | 7,3         | 41,3         |
| Пром              | 100        | ФРУКТ (ГРУША)**                       | 42,3          | 0,2         | 0,3         | 9,5          |
| 54-21гн           | 200        | КАКАО С МОЛОКОМ                       | 100,4         | 4,6         | 3,6         | 12,6         |
| Пром              | 45         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 105,75        | 3,6         | 0,45        | 21,7         |
| Пром              | 20         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 51,8          | 1,7         | 0,85        | 8,5          |
|                   | <b>635</b> |                                       | <b>631,85</b> | <b>22,1</b> | <b>18,4</b> | <b>93,6</b>  |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                           |               |             |             |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                |               |             |             |              |
| 54-6 з            | 100        | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ПОМИДОРОМ, ОГУРЦОМ | 122,3         | 2,2         | 11,0        | 3,7          |
| 54-2с             | 250        | БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ    | 112,75        | 2,1         | 5,3         | 12,1         |
| 54-6 г            | 180        | РИС ОТВАРНОЙ                          | 244,2         | 4,4         | 5,8         | 43,8         |
| 54-5.1р           | 110        | КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ             | 128,9         | 13,6        | 4,6         | 5,5          |
| 54-4 хн           | 200        | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                       | 75,8          | 0,4         | 0,1         | 18,4         |
| Пром              | 50         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 117,5         | 3,95        | 0,5         | 24,15        |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 77,7          | 2,55        | 1,0         | 12,75        |
|                   | <b>920</b> | <b>ИТОГО :</b>                        | <b>879,15</b> | <b>29,2</b> | <b>28,3</b> | <b>120,4</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

*А/*



| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                 | ккал          | белки        | жиры         | углев         |
|-------------------|------------|------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>               |               |              |              |               |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>       |               |              |              |               |
| 54-16 к           | 250        | КАША «ДРУЖБА»                | 211,1         | 6,3          | 7,3          | 30,1          |
| 54-1з             | 25         | СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ | 89,7          | 5,8          | 7,3          | 0,            |
| Пром              | 100        | ФРУКТ (ЯБЛОКО)**             | 47,0          | 0,4          | 0,4          | 9,8           |
| 54-23 гн          | 200        | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ   | 86,0          | 3,8          | 2,9          | 11,3          |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 94            | 3,2          | 0,4          | 19,3          |
| Пром              | 25         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 64,75         | 2,1          | 0,80         | 10,6          |
|                   | <b>640</b> | <b>ИТОГО</b>                 | <b>592,55</b> | <b>21,6</b>  | <b>19,1</b>  | <b>81,1</b>   |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                  |               |              |              |               |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>       |               |              |              |               |
| 21                | 100        | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ             | 104           | 1,2          | 6,0          | 11,2          |
| 54-3С             | 250        | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ     | 133,3         | 2,4          | 6,4          | 16,5          |
| 54-10 г           | 180        | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ  | 208,4         | 5,4          | 6,7          | 31,9          |
| 54-29м            | 100        | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ      | 191,2         | 13,7         | 11,0         | 6,8           |
| 54-3хн            | 200        | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА         | 81,3          | 0,5          | 0,2          | 19,5          |
| Пром              | 55         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 129,25        | 4,3          | 0,55         | 26,6          |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 77,7          | 2,55         | 1,0          | 12,75         |
|                   | <b>915</b> |                              | <b>925,15</b> | <b>30,05</b> | <b>31,85</b> | <b>125,25</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                               | ккал          | белки        | жиры         | углев        |
|-------------------|------------|--------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                             |               |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                     |               |              |              |              |
| 53-19 з           | 15         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 99,15         | 0,15         | 10,8         | 0,15         |
| 54-2з             | 100        | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ        | 14,2          | 0,8          | 0,2          | 2,5          |
| 54-3г             | 210        | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ                  | 290,8         | 11,1         | 9,5          | 40,00        |
| 54-4 гн           | 200        | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 26,8          | 0,2          | 0,           | 6,5          |
| Пром              | 45         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 105,75        | 3,6          | 0,45         | 21,7         |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 77,7          | 2,55         | 1,0          | 12,75        |
|                   | <b>600</b> | <b>ИТОГО</b>                               | <b>614,4</b>  | <b>18,4</b>  | <b>21,95</b> | <b>83,6</b>  |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                                |               |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                     |               |              |              |              |
| 54-13 з           | 100        | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                   | 76,0          | 1,3          | 4,5          | 7,7          |
| 54-10с            | 250        | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ) | 117,75        | 2,4          | 6,3          | 12,9         |
| 54-4г             | 180        | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                 | 280,4         | 10,0         | 7,6          | 43,2         |
| 367               | 110        | ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ                    | 161,1         | 10,5         | 12,2         | 2,5          |
| 54-25хн           | 200        | КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ                           | 56,8          | 0,1          | 0,0          | 14,1         |
| Пром              | 50         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 117,5         | 3,95         | 0,5          | 24,15        |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ ОСОБЫЙ                                | 84,8          | 3,1          | 0,5          | 18,6         |
|                   | <b>930</b> | <b>ИТОГО :</b>                             | <b>894,35</b> | <b>31,35</b> | <b>31,6</b>  | <b>123,2</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



| №<br>реп.сбо<br>р      | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                               | ккал          | белки        | жиры         | углев         |
|------------------------|------------|--------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>         |            |                                            |               |              |              |               |
| <b>12 лет и старше</b> |            |                                            |               |              |              |               |
| 54-1з                  | 15         | СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ               | 53,8          | 3,5          | 4,4          | 0,            |
| 54-9к                  | 250        | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ               | 341,1         | 10,75        | 14,1         | 42,9          |
| Пром                   | 100        | ФРУКТ (ГРУША)**                            | 42,3          | 0,4          | 0,3          | 9,5           |
| 54-3гн                 | 200        | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ                    | 27,9          | 0,3          | 0,0          | 6,7           |
| Пром                   | 45         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 105,75        | 3,6          | 0,45         | 21,7          |
| Пром                   | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 77,7          | 2,55         | 1,0          | 12,75         |
|                        | <b>640</b> | <b>ИТОГО</b>                               | <b>648,55</b> | <b>21,1</b>  | <b>20,25</b> | <b>93,55</b>  |
| <b>ОБЕД</b>            |            |                                            |               |              |              |               |
| <b>12 лет и старше</b> |            |                                            |               |              |              |               |
| 54-5з                  | 100        | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ        | 62,7          | 1            | 5,2          | 3             |
| 54-2с                  | 250        | БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ         | 112,75        | 2,1          | 5,3          | 12,1          |
| 354                    | 290        | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЫЮ, СМЕТАНОЙ | 363,5         | 20,9         | 16,1         | 39,4          |
| 54-4 хн                | 200        | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                            | 75,8          | 0,4          | 0,1          | 18,4          |
| Пром                   | 50         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 117,5         | 3,95         | 0,5          | 24,15         |
| Пром                   | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 84,8          | 3,1          | 0,5          | 18,6          |
|                        | <b>930</b> | <b>ИТОГО</b>                               | <b>817,05</b> | <b>31,45</b> | <b>27,7</b>  | <b>115,65</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 05 » МАРТА 2025 Г  
ЧЕТВЕРГ (2 НЕДЕЛЯ)

| №<br>реп.сбо<br>р      | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                             | ккал         | белки       | жиры        | углев       |
|------------------------|------------|------------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>         |            |                                          |              |             |             |             |
| <b>12 лет и старше</b> |            |                                          |              |             |             |             |
| 54-21з                 | 40         | КУКУРУЗА САХАРНАЯ                        | 20,9         | 0,8         | 0,1         | 4,1         |
| 54-3о                  | 200        | ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ                         | 227,8        | 11,8        | 19,6        | 6,9         |
| Пром                   | 100        | ФРУКТ (БАНАН)**                          | 96,0         | 1,5         | 0,5         | 21,00       |
| 54-2гн                 | 200        | ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ                  | 50,9         | 1,6         | 1,1         | 8,7         |
| Пром                   | 50         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 94,0         | 3,2         | 0,4         | 19,3        |
| Пром                   | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 77,7         | 2,55        | 1,0         | 12,75       |
|                        | <b>620</b> | <b>ИТОГО</b>                             | <b>631</b>   | <b>22,2</b> | <b>22,8</b> | <b>77,6</b> |
| <b>ОБЕД</b>            |            |                                          |              |             |             |             |
| <b>12 лет и старше</b> |            |                                          |              |             |             |             |
| 54-25з                 | 100        | ИКРА БАКЛАЖАННАЯ                         | 80,5         | 1,7         | 5,5         | 7,8         |
| 54-7с                  | 200        | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 127,5        | 3,15        | 2,7         | 22,65       |
| 54-9г                  | 150        | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                           | 160,1        | 3,4         | 8,9         | 16,3        |
| 54-29 м                | 110        | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ              | 214,6        | 12,65       | 13,1        | 12          |
| 54-5 хн                | 200        | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ                  | 42,5         | 0,2         | 0,1         | 10,2        |
| Пром                   | 60         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 141,0        | 4,7         | 0,6         | 29,00       |
| Пром                   | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 103,6        | 3,4         | 1,3         | 17,0        |
|                        | <b>940</b> | <b>ИТОГО :</b>                           | <b>869,8</b> | <b>29,2</b> | <b>32,2</b> | <b>115</b>  |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К

| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                           | ккал         | белки        | жиры        | углев        |
|-------------------|------------|----------------------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                         |              |              |             |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                 |              |              |             |              |
| 53-19 з           | 10         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)             | 66,1         | 0,1          | 7,2         | 0,1          |
| 282               | 200        | ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ | 318,9        | 12,15        | 9,6         | 45,75        |
| Пром              | 100        | ФРУКТ ( МАНДАРИН )**                   | 38,00        | 0,8          | 0,2         | 7,5          |
| 54-23гн           | 200        | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ             | 86,0         | 3,8          | 2,9         | 11,3         |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 94,          | 3,2          | 0,4         | 19,3         |
| Пром              | 20         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 51,8         | 1,7          | 0,7         | 8,5          |
|                   | <b>570</b> | <b>ИТОГО</b>                           | <b>654,8</b> | <b>21,75</b> | <b>21</b>   | <b>92,5</b>  |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                            |              |              |             |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>                 |              |              |             |              |
| 54-27з            | 100        | МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ              | 62,7         | 1,3          | 3,3         | 6,8          |
| 54-8с             | 250        | СУП ГОРОХОВЫЙ                          | 146,0        | 5,3          | 5,0         | 19,9         |
| 54-1г             | 180        | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                      | 236,1        | 6,5          | 5,9         | 39,3         |
| 367               | 110        | ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ                | 161,0        | 10,5         | 12,2        | 2,5          |
| 54-3 хн           | 200        | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА                   | 81,3         | 0,5          | 0,2         | 19,5         |
| Пром              | 50         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 117,5        | 3,95         | 0,5         | 24,15        |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 103,6        | 3,4          | 1,3         | 17,0         |
|                   | <b>930</b> | <b>ИТОГО :</b>                         | <b>908,2</b> | <b>31,45</b> | <b>28,4</b> | <b>129,2</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К



| №<br>реп.сбо<br>р | выход      | НАИМЕНОВАНИЕ                       | ккал         | белки        | жиры         | углевод      |
|-------------------|------------|------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|                   |            | <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>             |              |              |              |              |
| 54-24 З           | 100        | ИКРА КАБАЧКОВАЯ                    | 78,          | 1,5          | 4,5          | 7,4          |
| 54-11г            | 150        | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                  | 139,4        | 3,2          | 5,2          | 19,8         |
| 54-8м             | 100        | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ        | 195,1        | 11,5         | 11,9         | 10,9         |
| 54-2гн            | 200        | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 26,8         | 0,2          | 0,0          | 6,5          |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 94,0         | 3,2          | 0,4          | 19,3         |
| Пром              | 30         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 77,7         | 2,55         | 1            | 12,75        |
|                   | <b>620</b> | <b>ИТОГО</b>                       | <b>611</b>   | <b>22,15</b> | <b>23</b>    | <b>76,65</b> |
|                   |            | <b>ОБЕД</b>                        |              |              |              |              |
|                   |            | <b>12 лет и старше</b>             |              |              |              |              |
| 54-7з             | 100        | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ      | 142,8        | 2,7          | 10,2         | 10,3         |
| 54-18с            | 250        | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ             | 110,4        | 2,25         | 5,35         | 13,3         |
| 54-11г            | 180        | РИС ОТВАРНОЙ                       | 244,2        | 4,4          | 5,8          | 43,8         |
| 54-4 р            | 100        | КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОРКОВЬЮ (МИНТАЙ) | 120,8        | 13,6         | 4,4          | 5,9          |
| 54-1 хн           | 200        | КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ                | 35,4         | 0,3          | 0,1          | 8,4          |
| Пром              | 60         | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 141,0        | 4,7          | 0,6          | 29,00        |
| Пром              | 40         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 103,6        | 3,4          | 1,3          | 17,0         |
|                   | <b>940</b> | <b>ИТОГО :</b>                     | <b>898,2</b> | <b>26,7</b>  | <b>27,75</b> | <b>127,7</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
АВАНЕСОВА С К
