

Согласовано

Директор



Генеральный директор

ООО "Единая сеть питания Северо-запад"

Ликучев Д.А.



## Меню Свободного выбора

с 01.01.2025 г

№	Наименование блюда	Состав	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Э/Ц ккал	Цена
<i>Закуски холодные</i>								
1	Салат из соленых огурцов с луком	Огурцы соленые, Лук репчатый свежий, Масло растительное	100	0,66	5,11	2,61	60	30
2	Салат из квашеной капусты	Капуста квашеная, Лук репчатый свежий, Сахар, Масло растительное	100	0,67	5,10	9,29	67	30
3	Винегрет овощной	Огурцы соленые, Картофель свежий, Свекла свежая, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Соль	100	1,21	10,17	7,33	126	30
4	Салат витаминный (1-й вариант)	Капуста белокочанная свежая, Яблоко свежее, Морковь свежая, Сахар, Масло растительное, Соль	100	1,14	5,16	10,86	95	30
5	Салат картофельный солеными огурцами и зеленым горошком	Картофель свежий, Огурцы соленые, Горошек зеленый консервы, Масло растительное, Лук репчатый свежий, 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 свежая, Масло растительное, Соль	100	1,47	6,09	8,62	95	30
8	Салат "Свеколка"	Свекла свежая, 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, Огурцы соленые, Картофель свежий, Свекла свежая, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Соль	100/20	3,40	12,88	7,33	158	50
10	Помидоры натуральные свежие	Томаты свежие	100	1,10	0,20	3,80	21	50
11	Салат из свежих помидоров и огурцов	Томаты свежие, Огурцы свежие, Лук зеленый, Масло растительное	100	0,93	6,14	2,87	70	55
12	Салат из свежих огурцов	Огурцы свежие, Масло растительное, Зелень петрушка свежая	100	0,67	10,09	1,81	101	50
13	Салат зеленый с огурцами и помидорами	Капуста пекинская свежая, Огурцы свежие, Томаты свежие, Масло растительное, Зелень петрушка свежая	100	1,02	10,14	2,31	105	60
14	Салат из свеклы с сыром и соусом	Свекла свежая, Соус салатный, Сыр полутвердый	100	14,70	60,90	86,20	950	40
15	Яйцо отварное с гарниром и соусом	Яйцо куриное, Картофель свежий, Соус салатный, Огурцы соленые, Горошек зеленый консервы, Лук репчатый свежий, Масло растительное	120	6,29	22,76	7,10	258	55
16	Яйцо вареное с горошком и соусом 100	Яйцо куриное, Горошек зеленый консервы, Соус салатный	100	6,44	19,08	3,52	212	55
17	Салат картофельный солеными огурцами и соусом	Картофель свежий, Огурцы соленые, Морковь свежая, Соус салатный, Лук репчатый свежий, Соль	100	18,20	62,70	103,10	1050	45
18	Салат Цезарь	Яйцо куриное, Томаты свежие, Капуста пекинская свежая, Цыпленок филе, Соус салатный, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сыр полутвердый, Масло растительное	100	36,80	92,90	34,00	1120	75
19	Салат фруктовый с яблочным соком	Апельсин свежий, Киви свежие, Яблоко свежее, Сок яблоко	100	0,56	0,27	9,34	42	50
20	Салат Нежный с соусом	Яйцо куриное, Капуста пекинская свежая, Кукуруза консервы, Горошек зеленый консервы, Соус салатный, Соль	100	3,28	12,69	3,36	141	55
21	Салат из свеклы отварной яйцом	Яйцо куриное, Свекла свежая, 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 репчатый свежий, Масло растительное	50	3,48	9,08	1,23	101	50
23	Салат Свежесть с соусом	Капуста пекинская свежая, Огурцы свежие, Ветчина, Соус салатный, Соль	100	3,17	12,47	2,36	134	60
24	Ролл с курицей, овощами, соусом салатным	Лаваш армянский, Цыпленок филе, Соус салатный, Томаты свежие, Огурцы свежие, Капуста пекинская свежая	200	17,66	30,50	35,94	488	130
25	Ролл с ветчиной и сыром	Лаваш армянский, Соус салатный, Томаты свежие, Ветчина, Огурцы свежие, Сыр полутвердый, Капуста пекинская свежая	200	14,28	32,20	35,08	488	130
26	Огурцы натуральные свежие	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	11	50
27	Салат из свежих помидоров	Томаты свежие, Лук зеленый, Масло растительное	100	1,09	6,16	3,47	74	60
28	Салат "Школьные годы"	Капуста белокочанная свежая, Огурцы свежие, Томаты свежие, Масло растительное, Соль	100	1,10	10,11	3,12	108	40
29	Салат "Сельдь под шубой"	Сельдь тушка с/г н/р с/с, Картофель свежий, Свекла свежая, Соус салатный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Зелень петрушка свежая	100	3,27	17,24	7,32	158	60
30	Салат "Арагонский"	Яйцо куриное, Томаты свежие, Капуста пекинская свежая, Ветчина, Маслины б/к консервы, Перец сладкий свежий, Масло растительное, Соль	100	2,38	9,20	2,42	102	60
31	Салат зеленый с ветчиной и сыром	Капуста пекинская свежая, Огурцы соленые, Сыр полутвердый, Ветчина, Масло растительное, Соль	100	5,87	15,39	0,94	166	65
32	Салат Оливье	Яйцо куриное, Картофель свежий, Ветчина, Огурцы соленые, Горошек зеленый консервы, Морковь свежая, Соус салатный, Зелень петрушка свежая, Соль	100	2,39	12,10	5,81	142	60
33	Салат Столичный	Яйцо куриное, Картофель свежий, Цыпленок филе, Огурцы соленые, Соус салатный, Зелень петрушка свежая, Соль	100	16,88	29,54	13,70	388	60
34	Салат Греческий	Сыр Фета, Томаты свежие, Огурцы свежие, Перец сладкий свежий, Капуста пекинская свежая, Маслины б/к консервы, Масло растительное, Зелень петрушка свежая	100	3,68	10,11	3,37	119	65
35	Салат зеленый с маслинами и гречками	Капуста пекинская свежая, Маслины б/к консервы, Томаты свежие, Соус салатный, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сыр полутвердый	100	3,78	18,23	10,69	222	70

36	Рыба под маринадом	Минтай филе б/ш с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная в/с, Паста томатная, Масло растительное, Соль, Сахар	50/50	3,66	10,11	3,37	119	90
----	--------------------	---	-------	------	-------	------	-----	----

*Сэндвичи, бутерброды*

37	Бутерброд с сыром	Сыр полутвердый, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло сливочное	50	6,85	14,17	10,10	196	45
38	Бутерброд с ветчиной и свежим огурцом	Ветчина, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Огурцы свежие	50	1,61	0,61	10,21	53	45
39	Бутерброд закрытый с ветчиной и сыром	Хлеб батон Нарезной в нарезке, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Огурцы соленые, Капуста пекинская свежая, Паста томатная	150	8,91	17,36	21,84	280	80
40	Бутерброд закрытый с мясной котлетой	Хлеб батон Нарезной в нарезке, Говядина блочная б/к с/м, Соус салатный, Капуста пекинская свежая, Огурцы свежие, Паста томатная, Масло растительное	130	11,31	18,56	26,12	325	95
41	Гамбургер с куриной отбивной	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Цыпленок филе, Соус салатный, Капуста пекинская свежая, Огурцы свежие, Паста томатная, Масло растительное, Сахар, Соль, Масло сливочное	150	17,52	18,26	41,66	401	95
42	Сэндвич "Дорожный" с ветчиной и сыром	Контейнер д/бутерброда 167x80x83мм, Хлеб Тостовый, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Огурцы соленые, Капуста пекинская свежая, Паста томатная	150	13,62	18,74	35,40	365	100
43	Гамбургер с ветчиной и сыром	Мука пшеничная в/с, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Огурцы соленые, Капуста пекинская свежая, Паста томатная, Сахар, Соль, Масло растительное, Масло сливочное	150	10,82	18,32	36,64	363	80
44	Гамбургер с мясной котлетой	Мука пшеничная в/с, Говядина блочная б/к с/м, Соус салатный, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Капуста пекинская свежая, Огурцы свежие, Паста томатная, Масло растительное, Сахар, Соль, Масло сливочное	150	13,23	19,53	44,93	406	95
45	Сэндвич "Дорожный" с курицей	Контейнер д/бутерброда 167x80x83мм, Цыпленок филе, Хлеб Тостовый, Соус салатный, Огурцы соленые, Капуста пекинская свежая, Паста томатная, Соль	150	23,73	14,66	35,82	371	100

*Блины, оладьи*

46	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
47	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
48	Блинчики с яблоками	Яйцо куриное, Молоко, Яблоко свежее, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное, Пудра сахарная, Соль	150	18,35	22,31	2,54	285	60
49	Блинчики с капустой	Яйцо куриное, Капуста белокочанная свежая, Молоко, Мука пшеничная в/с, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Сахар, Зелень укроп свежий	150	9,18	16,35	40,40	345	60
50	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
51	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
52	Оладьи с яблоками	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Яблоко свежее, Масло растительное, Сахар, Пудра сахарная, Соль, Дрожжи сухие	150	8,49	9,29	60,63	360	45
53	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	65
54	Блинчики с картофелем	Яйцо куриное, Молоко, Картофель свежий, Мука пшеничная в/с, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Сахар, Соль	150	8,99	13,19	45,42	336	60

*Первые блюда*

55	Суп картофельный с рыбой	Картофель свежий, Минтай филе б/ш с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	230/20	6,53	5,50	18,38	150	55
56	Суп картофельный с фасолью	Картофель свежий, Фасоль продовольственная, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	250	5,45	5,65	19,23	150	45
57	Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	Свекла свежая, Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Говядина блочная б/к с/м, Сметана, Масло растительное, Паста томатная, Сахар, Соль	240/5/5	3,13	6,88	12,10	123	55
58	Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей	Картофель свежий, Цыпленок-бройлер, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Макароны, Масло растительное, Соль, Паста томатная	240/10	5,25	5,10	17,93	138	55
59	Суп из овощей с птицей и сметаной	Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Цыпленок-бройлер, Горошек зеленый консервы, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Сметана, Масло растительное, Соль	235/10/5	4,55	8,03	10,63	133	55
60	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Говядина блочная б/к с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Сметана, Масло растительное, Соль, Паста томатная	235/10/5	4,50	7,95	8,78	125	55
61	Суп картофельный с фасолью и птицей	Картофель свежий, Фасоль продовольственная, Морковь свежая, Цыпленок-бройлер, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	240/10	7,93	7,75	18,50	175	55
62	Суп картофельный с рисом и птицей	Картофель свежий, Цыпленок-бройлер, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Крупа рис пропаренный, Масло растительное, Соль	240/10	4,73	5,08	16,65	130	55
63	Суп картофельный с горохом и гречками	Картофель свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Горох шлифованный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло сливочное, Соль	230/20	7,88	5,29	34,48	216	45
64	Щи из свежей капусты с картофелем и птицей	Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Цыпленок-бройлер, Масло растительное, Паста томатная, Соль	245/5	3,13	6,25	8,90	105	55
65	Рассольник ленинградский со свиной	Картофель свежий, Огурцы соленые, Морковь свежая, Свиная блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Крупа перловая, Масло растительное, Соль	245/5	3,60	6,25	16,63	138	55
66	Суп картофельный с горохом, свиной и гречками	Картофель свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Горох шлифованный, Свиная блочная б/к с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло сливочное, Соль	220/10/20	10,40	7,03	33,75	240	55
67	Солянка домашняя со свиной и сметаной	Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Свиная блочная б/к с/м, Огурцы соленые, Сметана, Ветчина, Соусы, Лимон свежий, Паста томатная, Масло растительное, Морковь свежая, Соль	250/10	20,10	23,10	44,60	470	90

*Вторые блюда*

68	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
69	Рыба, тушенная с овощами	Минтай филе б/ш с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Зелень укроп свежий, Паста томатная, Сахар	100	13,46	13,42	4,83	194	90
70	Суфле из курицы	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Соль	100	22,53	8,50	2,56	177	100
71	Печень по-строгановски	Говядина печень, Сметана, Масло растительное, Паста томатная, Мука пшеничная в/с, Соль	100	16,64	10,85	3,06	177	80
72	Жаркое по-домашнему	Картофель свежий, Свиная блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	18,29	36,26	24,22	497	140
73	Котлета рыбная любительская	Яйцо куриное, Минтай филе б/ш с/м, Морковь свежая, Молоко, Лук репчатый свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло сливочное, Соль	100	14,09	12,58	6,69	196	90
74	Рагу из мяса птицы (курица)	Картофель свежий, Цыпленок филе, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	25,87	6,67	24,82	264	120
75	Тефтели мясные (1-й вариант)	Говядина блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная в/с, Соль, Паста томатная	100	10,28	15,63	12,12	230	100
76	Плов куриный	Цыпленок филе, Крупа рис пропаренный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	24,72	13,03	43,63	391	120

77	Печень, тушенная в соусе	Говядина печень, Сметана, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	13,75	9,64	5,30	163	80
78	Биточки рыбные	Минтай филе б/ш с/м, Молоко, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль	90	13,27	12,43	17,51	235	90
79	Филе рыбы в тесте	Яйцо куриное, Минтай филе б/ш с/м, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	80	13,18	19,65	9,88	269	90
80	Филе рыбы запеченное овощами	Яйцо куриное, Минтай филе б/ш с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Соус салатный, Масло растительное, Соль	100	14,06	24,80	3,22	292	100
81	Шницель из курицы	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль	100	21,90	7,74	17,44	227	100
82	Шашлык из филе куриного	Шампуры Бамбук, Цыпленок филе, Соус салатный, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	100	26,09	14,30	1,17	238	110
83	Филе куриное тушеное сметанном соусе	Цыпленок филе, Сметана, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	50/50	16,79	5,28	3,50	129	100
84	Филе куриное в яйце	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль	100	23,95	10,51	5,99	214	110
85	Ножка куриная запеченная	Цыпленок окорочка с/м, Масло растительное, Соус салатный, Соль, Чеснок свежий	120	33,33	32,11	0,13	423	120
86	Филе куриное запеченное помидорами	Цыпленок филе, Соус салатный, Томаты свежие, Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Масло растительное, Соль	100	26,09	14,30	1,17	238	110
87	Курица, запеченная картофелем под соусом	Картофель свежий, Цыпленок филе, Сметана, Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Масло растительное, Соль	200	20,32	8,40	19,96	236	120
88	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
89	Биточки рубленные куриные	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Мука пшеничная в/с, Масло растительное	100	28,56	23,76	13,47	374	100
90	Биточки рубленные куриные	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Мука пшеничная в/с, Масло растительное	80	21,25	19,01	10,78	299	70
91	Котлеты пожарские	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	100	30,24	29,17	11,81	431	100
92	Сосиска отварная	Сосиски	50	6,00	11,00	1,50	129	55
93	Чахохбили	Цыпленок окорочка с/м, Лук репчатый свежий, Паста томатная, Масло растительное, Морковь свежая, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар, Чеснок свежий	100/50	33,33	32,11	0,13	423	120
94	Бефстроганов из говядины	Говядина блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Сметана, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	16,12	16,02	4,46	227	120
95	Гуляш из говядины	Говядина блочная б/к с/м, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Соль, Паста томатная	100	15,64	12,45	2,96	166	120
96	Гуляш	Свинина блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Паста томатная, Мука пшеничная в/с, Соль	100	11,57	25,16	2,77	284	100
97	Запеканка картофельная печенью	Картофель свежий, Говядина печень, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	200	15,30	9,52	35,84	290	100
98	Котлеты рубленные из птицы	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Масло сливочное, Соль	70	20,07	22,86	11,77	333	70
99	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 репчатый свежий, Соль	70	7,04	8,91	8,44	142	70
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 репчатый свежий, Соль	100	10,06	12,73	12,05	203	100
101	Рулет куриный с луком и яйцом	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Лук репчатый свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Зелень петрушка свежая, 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 репчатый свежий, 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 репчатый свежий, Паста томатная, Масло растительное, Морковь свежая, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар	80/40	11,68	25,58	3,55	292	100
104	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Картофель свежий, Минтай филе б/ш с/м, Масло сливочное, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Лук репчатый свежий, 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	80
106	Плов со свининой	Свинина блочная б/к с/м, Крупа рис пропаренный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Паста томатная, Соль	240	20,30	37,06	43,94	590	140
107	Котлеты рыбные	Минтай филе б/ш с/м, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль	100	13,58	15,98	16,78	265	90
108	Котлеты рубленные из птицы	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Сухари панировочные, Масло растительное, Масло сливочное, Соль	100	28,67	32,66	16,81	476	100
109	Суфле из рыбы	Яйцо куриное, Минтай филе б/ш с/м, Молоко, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Масло растительное, Соль	100	17,18	16,84	2,63	231	90
110	Шницель рубленный куриный	Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	18,32	3,96	13,75	164	90
111	Пудинг из печени с морковью	Яйцо куриное, Говядина печень, Морковь свежая, Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Масло сливочное	100	21,84	11,99	3,67	210	90
112	Сердце в соусе	Говядина сердце с/м, Лук репчатый свежий, Сметана, Масло растительное, Морковь свежая, Мука пшеничная в/с, Паста томатная, Соль	100	14,21	10,90	5,77	178	80
113	Котлета по-киевски	Яйцо куриное, Цыпленок филе, Сухари панировочные, Масло сливочное, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Зелень петрушка свежая, Соль	100	20,66	20,02	21,13	347	110
114	Оладьи куриные	Цыпленок филе, Яйцо куриное, Лук репчатый свежий, Соус салатный, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль	100	260,90	143,00	11,70	2380	100
115	Запеканка картофельная говядиной	Картофель свежий, Говядина блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	200	16,16	9,70	35,84	296	140
116	Рулет мясной с луком и яйцом	Яйцо куриное, Говядина блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Зелень петрушка свежая, Масло растительное, Сухари панировочные, Соль	100	13,09	12,52	11,12	210	100
117	Свинина по-французски	Картофель свежий, Свинина блочная б/к с/м, Соус салатный, Лук репчатый свежий, Сыр полутвердый, Масло растительное, Соль	50/150	16,40	36,22	25,82	494	140
118	Филе рыбы в яйце	Яйцо куриное, Минтай филе б/ш с/м, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль	100	14,06	24,80	3,22	292	100
119	Голубцы с мясом и рисом	Капуста белокочанная свежая, Свинина блочная б/к с/м, Лук репчатый свежий, Сметана, Крупа рис пропаренный, Мука пшеничная в/с, Масло растительное, Соль, Паста томатная	150/50	15,20	16,82	12,48	262	110

**Блюда из овощей, творога, яиц**

120	Вареники ленивые 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
121	Сырники из творога 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	80
122	Драники по-домашнему	Картофель свежий, Мука пшеничная в/с, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль	150	20,60	31,70	165,90	1030	65

**Гарниры**

123	Пюре картофельное	Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль	150	3,33	5,48	22,02	150	50
124	Рис отварной	Крупа рис пропаренный, Масло сливочное, Соль	150	4,14	6,08	36,81	225	40
125	Каша гречневая рассыпчатая	Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль	150	8,72	6,41	39,44	251	40
126	Макаронные изделия отварные	Макароны, Масло сливочное, Соль	150	5,64	4,80	36,00	210	40
127	Капуста тушеная	Капуста белокочанная свежая, Лук репчатый свежий, Сахар, Масло сливочное, Паста томатная, Морковь свежая, Мука пшеничная в/с, Соль	150	3,62	4,34	15,39	116	50
128	Картофель тушеный	Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Паста томатная, Соль	150	3,17	12,57	24,35	224	50
129	Картофель запеченный	Картофель свежий, Масло растительное	150	4,35	5,37	35,46	207	50
130	Макароны отварные с сыром	Макароны, Сыр полутвердый, Масло сливочное, Соль	180/20	12,22	10,26	44,46	320	65
131	Картофель отварной с зеленью	Картофель свежий, Масло сливочное, Зелень укроп свежий, Соль	150	3,09	4,76	24,83	155	50
132	Овощи припущенные	Фасоль стручковая с/м, Капуста цветная с/м, Капуста брокколи с/м, Морковь свежая, Масло растительное, Соль	150	3,29	3,39	5,76	66	80
133	Рагу из овощей (1-й вариант)	Картофель свежий, Морковь свежая, Капуста белокочанная свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Паста томатная, Мука пшеничная в/с, Соль, Сахар	150	1,89	6,64	14,31	125	50
134	Картофель по-деревенски с сыром	Картофель свежий, Масло растительное, Сыр полутвердый, Чеснок свежий	150	5,37	12,41	30,48	255	65
135	Тыква запеченная с сахаром	Тыква свежая, Сахар	150	1,82	6,30	9,72	104	60

#### Напитки

136	Кисель из кураги	Курага, Сахар, Крахмал	200	1,04	0,06	36,56	150	25
137	Компот из апельсинов	Апельсин свежий, Сахар	200	0,46	0,10	28,00	114	25
138	Компот из изюма	Изюм, Сахар	200	0,46	0,10	28,14	116	25
139	Компот из свежих яблок	Яблоко свежее, Сахар	200	0,16	0,16	27,88	114	25
140	Компот из смеси сухофруктов	Сухофрукты, Сахар	200	0,44		29,56	120	20
141	Сок яблочный	Сок яблоко	200			23,00	92	25
142	Сок апельсиновый	Сок апельсин	200	0,44		33,56	136	25
143	Компот из кураги	Сахар, Курага	200	1,04	0,06	34,16	142	25
144	Компот из свежих груш	Груша свежая, Сахар	200	0,16	0,12	28,08	114	25
145	Напиток из варенья	Варенье в ассортименте, Сахар	200	0,08	0,04	26,10	106	25
146	Сок персиковый	Сок Персиковый 1,000л/1шт	200	0,60		39,00	134	25
147	Компот из смородины	Смородина черная с/м, Сахар	200	0,16	0,06	16,06	66	25
148	Компот из вишни	Вишня с/м, Сахар	200	0,12	0,04	16,56	68	25
149	Компот из клубники	Клубника с/м, Сахар	200			16,32	65	25
150	Напиток из плодов шиповника	Сахар, Шиповник сухой	200	0,68	0,28	29,62	124	20
151	Сок мультифрукт	Сок Мультифрукт	200					25

#### Напитки горячие

152	Чай с сахаром (1 вариант)	Сахар, Чай черный листовой	200	0,14	0,04	10,02	42	10
153	Чай с лимоном и сахаром (1 вариант)	Сахар, Лимон свежий, Чай черный листовой	200	0,18	0,04	10,14	42	10
154	Чай с вареньем	Варенье в ассортименте, Чай черный листовой	200	0,22	0,08	14,16	58	20

#### Фрукты

155	Яблоки	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,50	44	40
156	Мандарины	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35	40
157	Груши	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	46	40
158	Апельсины	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	38	40
159	Бананы	Бананы свежие	100	1,50	0,50	21,00	95	40

#### Мучные, выпеченные изделия

160	Булочка школьная	Мука пшеничная в/с, Сахар, Соль, Масло сливочное	50	4,21	1,62	30,66	154	22
161	Сосиска, запеченная в тесте	Сосиски, Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Сахар, Масло сливочное, Масло растительное	100	10,55	17,19	36,56	343	65
162	Пицца школьная	Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Сосиски, Огурцы соленые, Соус салатный, Сахар, Масло сливочное, Паста томатная, Масло растительное	100	10,46	21,92	36,38	393	70
163	Пирожки печеные с изюмом	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Изюм, Сахар, Масло сливочное	60	3,67	4,40	38,88	210	35
164	Булочка домашняя	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное	60	4,06	5,47	35,98	209	25
165	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	30
166	Булочка молочная	Мука пшеничная в/с, Молоко, Сахар, Масло растительное	50	4,68	1,73	31,67	161	25
167	Булочка с маком	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Мак пищевой семена	60	4,34	8,21	35,43	233	30
168	Булочка с корицей	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Корица молотая	60	3,88	6,80	36,40	223	30
169	Плюшка Московская	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Масло растительное, Соль	100	7,33	11,22	66,69	397	40
170	Хачапури с сыром	Мука пшеничная в/с, Сыр полутвердый, Яйцо куриное, Соус салатный, Сахар, Масло сливочное, Масло растительное	80	8,46	15,63	35,58	318	65
171	Пирожок печеный с картофелем и луком	Картофель свежий, Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Лук репчатый свежий, Сахар, Масло сливочное, Масло растительное	60	3,34	4,90	26,60	164	30
172	Пирожок печеный с яблоком	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Яблоко свежее, Сахар, Масло сливочное	60	2,90	3,86	29,51	164	30
173	Пирожок печеный с рисом и яйцом	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Крупа рис, Масло сливочное, Сахар	60	3,74	5,87	28,09	180	30
174	Пирожок печеный с капустой и яйцом	Яйцо куриное, Капуста белокочанная свежая, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Масло растительное	60	3,88	5,59	23,81	161	30
175	Пирожок печеный с повидлом	Мука пшеничная в/с, Повидло в ассортименте до 1000гр, Яйцо куриное, Сахар, Масло сливочное	60	2,92	3,80	38,74	201	30
176	Пирожки печеные с курагой	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Курага, Сахар, Масло сливочное	60	3,83	4,19	36,47	199	35
177	Булочка с маком	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Мак пищевой семена, Соль, Масло растительное	100	6,80	12,47	58,68	374	40
178	Булочка с корицей	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Корица молотая, Соль, Масло растительное	100	6,46	11,31	60,61	370	40
179	Булочка домашняя	Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Соль, Масло растительное	100	6,77	9,12	59,96	349	30
180	Шарлотка с яблоками	Яйцо куриное, Яблоко свежее, Мука пшеничная в/с, Сахар, Пудра сахарная, Масло растительное	100	5,15	3,31	48,22	243	50

181	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	40
182	Ватрушка с творогом	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Творог 5,0%, Сахар, Масло сливочное	75	7,64	6,74	35,43	233	35
183	Булочка молочная	Мука пшеничная в/с, Молоко, Сахар, Соль, Масло растительное, Дрожжи сухие	80	7,49	2,77	50,67	258	30
184	Ватрушка с повидлом	Мука пшеничная в/с, Повидло в ассортименте до 1000гр, Яйцо куриное, Сахар, Масло сливочное	75	4,08	5,36	48,38	258	35
185	Пицца с ветчиной и помидорами	Мука пшеничная в/с, Томаты свежие, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Сахар, Масло сливочное, Паста томатная, Масло растительное	100	8,57	18,41	36,79	347	70
186	Пирожок печеный с ветчиной и сыром	Мука пшеничная в/с, Яйцо куриное, Ветчина, Сыр полутвердый, Соус салатный, Сахар, Масло сливочное	60	3,34	4,90	26,60	164	45
187	Кекс "Столичный"	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Изюм, Пудра сахарная, Сода пищевая	75	5,24	19,99	44,88	360	65
188	Маффин шоколадный	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Масло сливочное, Сахар, Какао порошок, Сода пищевая	75	6,55	19,67	38,60	358	65
189	Коржик молочный	Яйцо куриное, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное, Молоко, Сода пищевая	75	4,86	9,39	49,94	304	50
190	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	65
191	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	45

*Хлеб*

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