

Приложение №2
к Дополнительному соглашению от 11.08.2022г.
к Договору № 00015-22-КС от 24.06.2022 г.

Приложение №3 к Договору № 00015-22-КС
от «24» июня 2022 года

МЕНЮ СТАРШАЯ И НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА

20-дневное цикличное меню

День 1

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная рисовая/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
Запеканка из творога с цукатами	141,2	0,9/5,8/21,1	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Винегрет по домашнему	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп из овощей с фасолью, капустой и говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из моркови	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с гречками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Бугульма из говядины	232	16,8/18,3/0	75/45
Котлеты из индейки с курицей	220	18,6/12,2/8,7	100
Филе куриный с соусом карри	153	30,4/3,5/0	75/40
Гарниры			
Капуста цветная припущенная	29	1,8/0,3/4	150
Паста отварная	111	3,4/0,4/23	150
Вегетарианское блюдо			
Кабачки запеченные с помидорами	39,9	0,6/2,2/5,2	150
Напитки			
Компот из клубники	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Конвертик с творогом и зеленью	307,3	11,1/19,5/21,6	50
Пирожок печеный с вишней	317	7,2/6,2/51	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 2

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная кукурузная/на воде	130,4	4,3/3,7/20,5	200
Омлет с сыром	342	16,3/29,7/2,6	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат из б/к капусты с огурцом	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп картофельный с горохом и говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из цветной капусты	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с зеленью	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Стейк из семги с лимоном	230	21,8/14,1/0	75/10
Индейка тушеная с овощами	62,5	9,8/1,6/2,2	75/45
Котлеты Московские	260	18/20/0	100
Гарниры			
Капуста брокколи припущенная	27	3/0,4/4	150
Каша гречневая	107,8	3,1/4,3/15,1	150
Вегетарианское блюдо			
Булгур с овощами и яйцом	43,9	1,2/1,1/6,7	150
Напитки			
Компот из вишни	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Пицца Карбонара	196	7,8/10,1/19,2	50
Пирожное лимонник	420	4,8/9,2/55,3	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 3

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная гречневая/на воде	118	4,2/2,3/21,6	200
Сырники	183	18,6/3,6/18,2	150
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Запечённая свекла с сыром	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Борщ со свежей капустой, картофелем и говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре из разных овощей	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с лапшой	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Говядина по-венгерски	232	16,8/18,3/0	75/45
Котлетки запечённые из птицы	238	15,2/13,6/13,5	100
Филе индейки на пару	195	25,3/10,4/0	100
Соус сливочный с укропом(для филе индейки	265,4	3,4/23,4/10,7	40
Гарниры			
Овощное ассорти на пару	27	3/0,4/4	150
Рис отварной	116	2,2/0,5/24,9	150
Вегетарианское блюдо			
Запеканка капустная под белым соусом	84,9	5,2/3,1/8,9	150
Напитки			
Напиток клюквенный	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Яблоки запеченные с сухофруктами	87,7	3,1/2/13,7	80
Шарлотка с яблоками	150,5	4,6/2,8/26	50

Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	100
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
День 4			
Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная геркулесовая/на воде	135,8	4,4/7,1/13,5	200
Запеканка из творога с овсяными хлопьями "Парелла"	168	17,6/4,2/14,2	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат Оливье с цыпленком	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп с вермишелью и птицей	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-поре из тыквы	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с гренками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Треска запеченная на подушке из овощей и тыквенного мусса	90	6/3,7/8	100
Аранчини из говядины с красным соусом	260	18/20/0	100/40
Куриное филе запеченное с сыром	193,8	18,5/6,8/14,2	100
Гарниры			
Кабачки на пару	39,9	0,6/2,2/5,2	150
Кус-кус с овощами	51,8	1,3/3/4,6	150
Вегетарианское блюдо			
Картофель запеченный с овощами	79,8	3,2/4/7,7	150
Напитки			
Компот из свежих фруктов	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Мексиканский тако с говядиной	129,5	6,6/4,5/16,3	90
Кекс Столичный	378,2	5,3/17,3/51,1	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
День 5			
Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная пшеничная/на воде	111,9	4,2/2,1/19,5	200
Фритата с цветной капустой и сыром	342	16,3/29,7/2,6	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат греческий с пекинской капустой	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп рыбный с рисом по-испански	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-поре из брокколи	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон с зеленью	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			

Говядина шпигованная овощами	232	16,8/18,3/0	75
Куриная печень со специями и луком	248	15,4/19,9/2,1	100/40
Куриные биточки по-каталонски с зеленым горошком	238	15,2/13,6/13,5	100
Соус сливочный (для биточков)	78	1,9/5,7/5,2	40
Гарниры			
Кукуруза на пару	238	11,4/4,2/38,6	150
Спагетти отварные	111	3,4/0,4/23	150
Вегетарианское блюдо			
Фасоль стручковая, тушенная с томатами	43	4,8/0/8	150
Напитки			
Компот из черной смородины	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Донер с цыпленком	143,7	7,8/2,7/21,4	50
Пирожное Кольцо заварное	277,6	6/19,7/19,1	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 6				
	Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню				
	Каша молочная рисовая с амарантом/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
	Яичница с зеленым горошком	146,4	7,7/11,8/2,1	110
Дополнительные блюда				
	Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
	Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
	Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
	Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
	Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
	Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
	Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
	Лимон	16	0,9/0,1/3	10
	Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед				
	Салат из моркови с чесноком	20	1,1/0,2/3,7	100
	Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда				
	Суп Боб-чорба с фасолью и говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
	Суп-пюре из томатов	28	1,9/0,8/3,7	250
	Бульон мясной с гренками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда				
	Цыплёнок тушеный в сметанном соусе	117,2	14,1/5,2/2,6	75/45
	Индейка в сырной панировке	95,9	12,5/4,3/1,7	100
	Крокеты мясные	260	18/20/0	100
Гарниры				
	Перец болгарский на пару	27	3/0,4/4	150
	Картофельное пюре	106	2,5/4,2/14,7	150
Вегетарианское блюдо				
	Стир-фрай с рисом и овощами	139,6	3,8/8,1/11,5	150
Напитки				
	Компот из ягод	21,7	0,2/0,1/4,7	200
	Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
	Лимон	16	0,9/0,1/3	10
	Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник				
	Спагетти отварные с сыром	333,5	11,1/5/59,4	150
	Булочка с сахаром и корицей	339	7,9/9,4/55,5	50
	Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
	Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
	Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 7				
	Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню				
	Каша молочная манная/на воде	79,3	3,4/2,3/11,6	200
	Сырники	183	18,6/3,6/18,2	150
Дополнительные блюда				
	Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
	Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20

Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат из консервированного тунца с овощами	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Щи из квашеной капусты с птицей	22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре луковый	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с гречками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Филе тилапии на пару с соусом Кавказским	77,2	17,3/0,7/0,2	75/40
Бефстроганов из говядины	232	16,8/18,3/0	75/45
Котлеты из индейки с курицей	220	18,6/12,2/8,7	100
Гарниры			
Капуста цветная на пару	29	1,8/0,3/4	150
Каша гречневая	107,8	3,1/4,3/15,1	150
Вегетарианское блюдо			
Кабачки, фаршированные булгуром и овощами	43,9	1,2/1,1/6,7	150
Напитки			
Напиток лимонный с мятой	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Вареники с творогом домашние	144,4	7,9/3,3/21,7	130
Желе вишневое	56	2,8/0/14	100
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 8

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная боярская с изюмом/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
Капуста цветная запеченная с сухарями	29	1,8/0,3/4	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат Витаминный	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Томатный рыбный суп	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре сырный	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с зеленью	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Шик-шаук из цыпленка	117,2	14,1/5,2/2,6	100
Бретон (цыпленок с овощами и картофелем)	119,3	4,8/6,6/10,9	225
Говядина по-грузински	117,2	14,1/5,2/2,6	75/45
Гарниры			
Морковь-мини с цветной капустой и кукурузой на пару	29	1,8/0,3/4	150
Рис отварной	116	2,2/0,5/24,9	150
Вегетарианское блюдо			
Баклажаны, фаршированные овощным рататюем	84,9	5,2/3,1/8,9	150
Напитки			
Компот из клубники	21,7	0,2/0,1/4,7	200

Компот из свежих фруктов	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Бургер с говядиной	305	16/13/30	160
Маффин шоколадный	308,1	6,4/13/41,7	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 9

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная четыре злака/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
Пудинг из творога с шоколадным соусом	168	17,6/4,2/14,2	120
Шоколадный соус (к пудингу)			20
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат из морской капусты	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Рассольник Кубанский с фасолью	22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре из цветной капусты	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с яйцом	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Филе цыпленка на пару в соусе сливочно-шпинатном	153	30,4/3,5/0	100/40
Пельмени Домашние	275	11,9/12,4/29	200
Котлеты рыбные	123,3	13,6/4,6/7,3	100
Гарниры			
Овощи припущенные с кукурузой	37,8	0,9/1,6/5	150
Картофель отварной	99	2/2,8/17,5	150
Вегетарианское блюдо			
Рататуй овощной	37,8	0,9/1,6/5	150
Напитки			
Напиток из шиповника	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Груша пряная запеченая	50,4	0,5/0,4/13,6	100
Булочка московская с шоколадом	339	7,9/9,4/55,5	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 10

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная рисовая с тыквой/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
Киш с ветчиной	278	14,7/19,2/12,4	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40

Обед			
Салат из моркови с сыром	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп-харчо с говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из тыквы	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с зеленью	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Плов из булгура и говядины	118,8	6/4,7/13,4	225
Паприкаш из цыпленка	95	7/6,9/1,5	75/45
Шницель куриный	238	15,2/13,6/13,5	100
Гарниры			
Капуста брокколи на пару	27	3/0,4/4	150
Паста отварная	111	3,4/0,4/23	150
Вегетарианское блюдо			
Фасоль стручковая на пару с соусом Песто	60,2	1,6/1,5/10	150
Напитки			
Компот из свежих фруктов	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Тортилья с томатами и сыром	270	6,7/7/45	50
Пирожное "Эклер"	439	3,2/30,8/36,2	40
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 11

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная гречневая/на воде	118	4,2/2,3/21,6	200
Омлет натуральный	204,5	14,8/15,4/1,2	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат с ветчиной и овощами	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп с нутом и птицей	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из разных овощей	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с гренками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Гуляш мясной	232	16,8/18,3/0	75/45
Филе индейки-гриль	195	25,3/10,4/0	100
Тефтели мясные из говядины с курицей с соусом сметанный	260	18/20/0	100/40
Гарниры			
Капуста брюссельская на пару	43	4,8/0/8	150
Картофель фри	170,1	1,8/11,4/16	150
Вегетарианское блюдо			
Рис с овощами и кунжутом	103,2	2,6/2,4/17,4	150
Напитки			
Компот из облепихи	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Пицца Итальянская с ветчиной и соленым огурчиком	196	7,8/10,1/19,2	50
Ватрушка с джемом	339	7,9/9,4/55,5	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 12

Завтрак		kcals	PFC,100g	output per gramme
Основное меню				
Каша молочная кукурузная		130,4	4,3/3,7/20,5	200
Блинчики с фруктово-ягодной начинкой		141,2	0,9/5,8/21,1	100
Дополнительные блюда				
Топпинг (сухофрукты)		264	2,9/0,6/66	20
Сметана		41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное		160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте		278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное		748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте		363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое		59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком		64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара		39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон		16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский		238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед				
Салат из свеклы с гренками и сыром		20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте		179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда				
Суп куриный с лапшой		22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из брокколи		28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с яйцом		4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда				
Треска с соусом терияки		90	6/3,7/8	100
Базелла с птицей (пагу)		117,2	14,1/5,2/2,6	225
Котлеты Особые		260	18/20/0	100
Гарниры				
Микс из капусты на пару		43	4,8/0/8	150
Булгур отварной		107,8	3,1/4,3/15,1	150
Вегетарианское блюдо				
Капуста тушеная с пряными травами		44,9	1,4/2,1/5,4	150
Напитки				
Компот из свежих фруктов		21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара		39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон		16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский		238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник				
Спагетти отварные с сыром		333,5	11,1/5/59,4	150
Плюшка московская		339	7,9/9,4/55,5	50
Фрукты в ассортименте		36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара		39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон		16	0,9/0,1/3	10

День 13

Завтрак		kcals	PFC,100g	output per gramme
Основное меню				
Каша геркулесовая молочная /на воде		135,8	4,4/7,1/13,5	200
Вареники с творогом домашние		144,4	7,9/3,3/21,7	130
Дополнительные блюда				
Топпинг (сухофрукты)		264	2,9/0,6/66	20
Сметана		41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное		160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте		278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное		748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте		363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое		59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара		39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон		16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский		238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед				
Салат из кнусты с яблоком и морковью		20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте		179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда				
Суп Фо Га с курицей		22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из моркови		28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с зеленью		4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда				
Филе индейки на пару с соусом сливочным с брокколи		153	30,4/3,5/0	75
Курица тушеная по-восточному		117,2	14,1/5,2/2,6	10040
Крокеты мясные		260	18/20/0	75/45
		265,4	3,4/23,4/10,7	40

Соус сливочный с брокколи (к индейке)	265,4	3,4/23,4/10,7	40
Гарниры			
Перец болгарский на пару	27	3/0,4/4	150
Макароны отварные	111	3,4/0,4/23	150
Вегетарианское блюдо			
Капуста цветная, запеченная в соусе с сыром	103,3	7,5/6,7/3,7	150
Напитки			
Напиток клюквенный	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Донер с овощами и сыром	270	6,7/7/45	50
Бисквитный рулет с клубничным парфе	204,3	5,2/3,5/37,9	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 14

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная пшеничная/на воде	111,9	4,2/2,1/19,5	200
Омлет, запеченный с помидорами	71,7	5,2/4,3/2,8	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат из картофеля с горошком и яйцом	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Борщ с черносливом и говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре из цветной капусты	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с лапшой	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Плов из говядины	118,8	6/4,7/13,4	225
Треска запеченная	132,8	14,5/7,8/2,8	75
Котлетка куриная паровая	238	15,2/13,6/13,5	100
Соус Сырный (К котлетам)	318,2	11,2/22,2/18,8	40
Гарниры			
Кукуруза припущенная	238	11,4/4,2/38,6	150
Каша гречневая	107,8	3,1/4,3/15,1	150
Вегетарианское блюдо			
Картофель с запеченной мини морковью	43,9	1,2/1,1/6,7	150
Напитки			
Напиток из шиповника	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Запеченный тост с сыром и ветчиной	278	14,7/19,2/12,4	50
Печенье Курабье	516	6,7/25,8/64,6	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 15

	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная рисовая/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
Сырники	183	18,6/3,6/18,2	150
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20

Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат из томатов с сыром и маслинами	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп из овощей с цветной капустой, зеленым горошком и говядиной	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из томатов	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с гречками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Паприкаш из цыпленка	232	16,8/18,3/0	75/45
Лазанья мясная	214,8	10,7/13,5/12,2	200
Куриная тефтелька со шпинатом	260	18/20/0	100
Соус Кавказский (к тефтелям)	265,4	3,4/23,4/10,7	40
Гарниры			
Микс овощной на пару	27	3/0,4/4	150
Картофельное пюре	106	2,5/4,2/14,7	150
Вегетарианское блюдо			
Тыква, запеченная с паприкой	133	4,4/11/5,6	150
Напитки			
Компот из сухофруктов	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Яблоко, запеченное с ягодами и цитрусовым сиропом	112,2	2,2/3,1/19,6	100
Пирожок печеный с картофелем и зеленью	235	4,2/12,9/25,6	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 16

	Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню				
Каша молочная ячневая/на воде		129,2	3,5/1,5/25,4	200
Капуста брокколи, запеченная с миндалем		101,4	11,4/5/2,9	120
Дополнительные блюда				
Топпинг (сухофрукты)		264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное		160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте		278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное		748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте		363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое		59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара		39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон		16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский		238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед				
Винегрет с морской капустой		20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте		179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда				
Борщ со свежей капустой, картофелем и птицей		22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана		41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре из разных овощей		28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с зеленью		4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда				
Жаркое из кур		125	5,1/8,4/7,8	225
Индейка тушеная с овощами		62,5	9,8/1,6/2,2	75/45
Тефтели мясные		260	18/20/0	100
Соус сметанный с томатом (к тефтелям)		78	1,9/5,7/5,2	40
Гарниры				
Кабачки на пару		39,9	0,6/2,2/5,2	150
Спагетти отварные		111	3,4/0,4/23	150
Вегетарианское блюдо				
Булгур по-восточному		143,7	3,9/4,3/18,3	150
Напитки				

Компот из клубники	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Пицца Цезарь	196	7,8/10,1/19,2	50
Булочка Синнабон	339	7,9/9,4/55,5	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 17

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная пшеничная с тыквой /На воде	201,9	6,7/2,6/39,3	200
Пудинг из семолины с шоколадным муссом	219	4/12,7/22,6	120
Шоколадный мусс (для пудинга)			
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат столичный	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп-лапша с птицей	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре из брокколи	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с гренками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Треска по-мароккански	111	23/0,1/0	100
Сердечки в сливочном соусе	129,6	9,4/7,9/5,1	75/45
Биточки из кур	204,9	20/12,9/2,3	100
Соус Романеско (к биточкам)	56	1/3,8/4,1	40
Гарниры			
Цветная капуста, брокколи и морковь припущенная	39,9	0,6/2,2/5,2	150
Рис отварной	116	2,2/0,5/24,9	150
Вегетарианское блюдо			
Кабачки запеченные с помидорами	39,9	0,6/2,2/5,2	150
Напитки			
Компот из свежих фруктов	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Вареники с картофелем	148,2	4,2/1,9/29,4	130
Маффин морковный	304	5,9/10,5/45,5	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 18

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная геркулесовая/на воде	135,8	4,4/7,1/13,5	200
Яичница с помидорами	342	16,3/29,7/2,6	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40

Обед			
Салат из огурцов с зеленью и чесноком	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Суп мясной с чечевицей	22,8	1,8/0,4/3	250
Суп-пюре луковый	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с гречками	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Голубцы с мясом и рисом	110,3	7,2/7,4/3,3	130/20
Пельмени Домашние	275	11,9/12,4/29	200
Котлетки паровые из индейки	238	15,2/13,6/13,5	100
Соус Сырный (к котлетам)	318,2	11,2/22,2/18,8	40
Гарниры			
Фасоль стручковая припущенная	60,2	1,6/1,5/10	150
Дольки запеченного картофеля со сладкой паприкой	96,1	2/2,8/15,7	150
Вегетарианское блюдо			
Кус-кус с овощами	89,1	1,3/6,3/7,3	150
Напитки			
Напиток лимонный с мятой	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Бургер с цыпленком	305	16/13/30	160
Маффин с яблоком	304	5,9/10,5/45,5	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 19

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная пшенично-рисовая "Дружба"/на воде	111,9	4,2/2,1/19,5	200
Омлет запеченный с помидорами и перцем	144,4	7,9/3,3/21,7	120
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Какао с молоком	64,2	2,4/2,1/9,2	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат из капусты с зеленью	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Рассольник Ленинградский с мясом	22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре из цветной капусты	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон куриный с зеленью	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Биточки рыбные	100,4	15/1,8/5,8	100
Тори Караги из цыпленка	62,5	9,8/1,6/2,2	100
Язык отварной	231	23,9/15/0	75
Соус сливочный с хреном (к языку)	65,6	1,8/3/8,4	40
Гарниры			
Капуста цветная припущенная	29	1,8/0,3/4	150
Каша гречневая	107,8	3,1/4,3/15,1	150
Вегетарианское блюдо			
Перец болгарский запечённый	27	3/0,4/4	150
Напитки			
Компот из вишни	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Горячий тост с томатами, вегетарианским соусом	278	14,7/19,2/12,4	50

Лирожок печеный с вишней	317	7,2/6,2/51	50
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

День 20

Завтрак	kcal	PFC,100g	output per gramme
Основное меню			
Каша молочная четыре злака/на воде	143,5	3,5/6,1/18,5	200
Вареники с картофелем	148,2	4,2/1,9/29,4	130
Дополнительные блюда			
Топпинг (сухофрукты)	264	2,9/0,6/66	20
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Яйцо вареное	160	12,9/11,6/0,8	50
Мини-сэндвичи в ассортименте	278	14,7/19,2/12,4	50
Масло сливочное	748	0,5/82,5/0,8	10
Мюсли, хлопья в ассортименте	363	6,9/2,5/83,6	50
Молоко кипяченое	59	2,9/3,2/4,7	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Обед			
Салат			
Салат из моркови с морской капустой	20	1,1/0,2/3,7	100
Салат в ассортименте	179	16,7/10,7/3,6	100
Первые блюда			
Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	22,8	1,8/0,4/3	250
Сметана	41,2	0,5/4/0,7	20
Суп-пюре из кабачков	28	1,9/0,8/3,7	250
Бульон мясной с яйцом	4	0,6/0,2/0	250
Вторые блюда			
Печень индейки тушеная в сырном соусе	248	15,4/19,9/2,1	75/45
Котлеты с говядиной	260	18/20/0	100
* Филе цыпленка на пару	153	30,4/3,5/0	100
Соус томатный с прованскими травами	48	1,1/6,2/2	40
Гарниры			
Капуста брюссельская, брокколи, цветная припущенная	29	1,8/0,3/4	150
Рис припущенный с кукурузой	117,2	2,8/2,2/20,8	150
Вегетарианское блюдо			
Картофель Черри, запеченный с чесночком	45,3	1,7/2/5,2	150
Напитки			
Компот из свежих фруктов	21,7	0,2/0,1/4,7	200
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10
Хлеб пшеничный/ржаной/бородинский	238,9	6,5/0,8/52,2	40
Полдник			
Ролл с цыпленком	270	6,7/7/45	50
Десерт сметанный с Орео	147,5	10/7,6/9,7	70
Фрукты в ассортименте	36	0,9/0,2/8,1	150
Чай с сахаром/без сахара	39,8	0,6/0,2/9	200
Лимон	16	0,9/0,1/3	10

Заказчик:

НОЧУ «Британская международная школа»

Исполнительный директор по кадровым
и правовым вопросам

А.Н. Сиваченко/



Исполнитель:

ООО «КЕЙТЕРИНГ СЕРВИС»

Директор

/Е.С. Байбакова/

