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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ***Закуски холодные*** | | | | | | | |
| 1 | Салат из соленых огурцов с луком | Огурцы соленые, Лук репчатый свежий, Масло растительное | 100 | 0,86 | 5,11 | 2,61 | 60 | 30 |
| 2 | Салат из квашеной капусты | Капуста квашеная, Лук репчатый свежий, Сахар, Масло растительное | 100 | 0,87 | 5,10 | 9,29 | 87 | 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 | 5,18 | 10,88 | 95 | 30 |
| 5 | Салат картофельный с 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 с 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 с 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 | 17,68 | 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 | 198 | 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 гренками | 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 | 3,68 | 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 | 28,12 | 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 187х80х83мм, 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 | 38,64 | 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 | 408 | 95 |
| 45 | Сэндвич "Дорожный" с курицей | Контейнер д/бутерброда 187х80х83мм, 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, Соль, 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 гренками | 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 свининой | Картофель свежий, Огурцы соленые, Морковь свежая, Свинина 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, свининой и гренками | Картофель свежий, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Горох шлифованный, Свинина 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 свининой и сметаной | Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Свинина блочная б/к с/м, Огурцы соленые, Сметана, Ветчина, Сосиски, 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 | 10,88 | 3,06 | 177 | 80 |
| 72 | Жаркое по-домашнему | Картофель свежий, Свинина 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 | 9,86 | 269 | 90 |
| 80 | Филе рыбы запеченное с 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 в 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 с 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 с 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 рубленые куриные | Цыпленок филе, Хлеб батон Нарезной в нарезке, Мука пшеничная в/с, Масло растительное | 100 | 26,56 | 23,76 | 13,47 | 374 | 100 |
| 90 | Биточки рубленые 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 | 186 | 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 с 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 | 37,08 | 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 рубленый 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 с 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 со сгущенным молоком | Яйцо куриное, Творог 5,0%, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Мука пшеничная в/с, Сахар, Соль | 150/20 | 24,79 | 13,18 | 34,10 | 354 | 100 |
| 121 | Сырники из творога со сгущенным молоком | Творог 5,0%, Яйцо куриное, Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло растительное | 75/20 | 14,19 | 12,60 | 30,21 | 291 | 80 |
| 122 | Драники по-домашнему | Картофель свежий, Мука пшеничная в/с, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль | 150 | 20,60 | 31,70 | 165,50 | 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 | 38,61 | 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 | | 33,00 | 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 | 66 | 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 | 9,80 | 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 | 38,38 | 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 | 15,83 | 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 | 3,88 | 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 | 380 | **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 с 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** |