

ШВЕДСКИЙ СТОЛ № 1

	ед.и зм	Нор ма на 1 чел, кг	Энергетиче ская ценность ККАЛ, 100 г	Содержа ние белков, 100 г	Содержа ние жиров, 100 г	Содержа ние углеводо в, 100 г	Калорийн ость завтрака на 1 человека, ккал
ХОЛОДНАЯ ЛИНИЯ							
Огурцы свежие нарезанные	кг	0,01	10,00	0,00	0,70	1,80	0,10
Помидоры свежие нарезанные	кг	0,01	14,00	0,00	0,60	2,90	0,14
Салат Оливье	кг	0,02	113,93	5,94	7,39	8,16	2,28
Салат Морковь с сыром	кг	0,02	92,15	5,33	5,17	5,78	1,84
Салат из свежей капусты	кг	0,02	58,22	0,03	1,62	13,60	1,16
Капуста пекинская	кг	0,01	14,00	0,00	1,50	2,20	0,14
Сыр Российский	кг	0,01 0	371,00	30,00	23,40	0,00	3,71
Колбаса Сервелат	кг	0,01 0	360,00	27,50	28,20	0,00	3,6
Ветчина	кг	0,01 0	279,00	20,90	22,60	0,00	2,79
Масло сливочное	кг	0,01 0	748,00	82,50	0,60	0,90	7,48
Творог	кг	0,01	156,00	9,00	16,70	13,00	1,56
Фасоль консервированная	кг	0,01	16,00	0,10	1,20	2,40	0,08
Горошек консервированный	кг	0,01	94,00	0,00	7,00	16,50	0,47
Кукуруза консервированная	кг	0,01	114,00	1,60	3,10	21,80	0,57
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ							
Сосиски жареные	кг	0,03	469,30	13,70	46,00	0,00	14,08
Крылья жареные	кг	0,03	344	26,3	20,6	10,8	10,32
Запеканка из творога	кг	0,02	250,20	16,20	13,00	17,60	5,00
Омлет натуральный	кг	0,02	193,00	7,80	16,80	2,70	3,86

Омлет с ветчиной	кг	0,02	264,40	11,70	23,00	2,80	5,29
Глазунья из 1 яйца	кг	0,02	382,00	12,70	36,50	0,70	7,64
Яйцо отварное	кг	0,01 5	157,00	12,70	11,50	0,70	2,36
Пицца: вегетарианская	кг	0,05	256,2	9,1	14	24,6	12,81
Горячий бутерброд	кг	0,05	240	13,6	14,4	14,6	12
Оладьи	кг	0,01 5	347,1	6,9	16,7	45,3	5,21
Бульон куриный	кг	0,10	31,90	1,40	2,90	0,00	3,19
Сухарики к бульону	кг	0,01	400,00	12,10	3,80	8,40	2,00
ГАРНИРЫ							
Рис отварной	кг	0,03	154,1	2,6	4,3	26,7	4,62
Овощи на пару	кг	0,03	56,3	1,5	2,1	8,1	1,69
Макароны отварные	кг	0,03	186,80	3,80	6,10	28,40	5,60
КАШИ							
Каша молочная пшеничная	л	0,04	161,2	4,7	7,3	20,7	6,45
Каша молочная рисовая	л	0,04	144,8	3,3	6,8	18,1	5,79
Каша на воде ячневая	л	0,04	72,40	2,50	0,20	16,30	2,90
МОЛОЧНАЯ ЛИНИЯ							
Молоко	л	0,02 0	58,00	3,20	2,80	4,70	1,16
Кефир	л	0,02	59,00	3,20	2,80	4,10	1,18
Йогурт питьевой	л	0,02	51,00	1,50	5,00	3,50	1,02
Мюсли	кг	0,01	350,00	8,40	7,30	64,70	3,50
Хлопья кукурузные	кг	0,01	369,00	7,00	3,00	78,70	3,69
СОУСЫ							
Молоко сгущеное	кг	0,01	315,00	8,50	7,20	56,00	3,15
Джем	кг	0,01	80,00	0,00	0,00	20,00	0,80
Кетчуп	кг	0,00 5	96,00	0,90	0,00	23,10	0,48
Майонез	кг	0,01	627,00	67,00	3,10	2,60	3,14
Горчица	кг	0,00 2	113,70	11,10	5,80	4,50	0,23
Сметана	кг	0,01	206,00	20,00	2,80	3,20	1,03
Масло растительное	л	0,00 2	899,00	99,90	0,00	0,00	1,80

Соус соевый	л	0,00 2	58,00	0,00	3,50	11,00	0,12
ХЛЕБ, ВЫПЕЧКА							
Хлеб ржаной	кг	0,03	215,54	0,59	6,70	49,03	6,47
Хлеб пшеничный	кг	0,03	215,60	10,20	3,30	29,60	6,47
Батон	кг	0,03	254,00	2,40	7,70	53,40	7,62
Круассан с шоколадом	кг	0,01	432,5	6,25	25,7	46,4	4,33
Маффин	кг	0,01	372,6	5,07	21,4	42,67	3,73
Пирожное Черёмуховое	кг	0,01	214,36	3,42	8,36	32,7	2,14
Булочка Сладёна	кг	0,01	291,65	6,45	9,55	47,65	2,92
Печенье песочное	кг	0,01	541,8	7,05	28,8	67,7	5,42
НАПИТКИ, ЛИМОН							
Компот из сухофруктов	л	0,05 0	59,5	0,4	0	15	2,98
Морс брусничный	л	0,05 0	61,10	0,00	0,09	16,05	3,06
Чай в ассортименте	л	0,05 0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофе растворимый	кг	0,00 2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофе в зернах	кг	0,00 3	223,00	14,40	13,90	2,80	0,67
Молоко сухое	кг	0,00 3	362,00	0,00	33,20	52,30	1,09
Лимон	кг	0,00 5	30,00	0,00	0,90	3,60	0,15
							205,04

ШВЕДСКИЙ СТОЛ № 2

	ед.и зм	Нор ма на 1 чел. , кг	Энергетиче ская ценность ККАЛ, 100 г	Содержа ние белков, 100 г	Содержа ние жиров, 100 г	Содержа ние углеводо в, 100 г	Калорийн ость завтрака на 1 человека, ккал
ХОЛОДНАЯ ЛИНИЯ							
Огурцы свежие нарезанные	кг	0,01	10,00	0,00	0,70	1,80	0,10
Помидоры свежие нарезанные	кг	0,01	14,00	0,00	0,60	2,90	0,14
Салат Оливье	кг	0,02	113,93	5,94	7,39	8,16	2,28
Салат Морковь с сыром	кг	0,02	92,15	5,33	5,17	5,78	1,84
Салат из свежей капусты	кг	0,02	58,22	0,03	1,62	13,60	1,16
Капуста пекинская	кг	0,01	14,00	0,00	1,50	2,20	0,14
Сыр Российский	кг	0,01 0	371,00	30,00	23,40	0,00	3,71
Колбаса Сервелат	кг	0,01 0	360,00	27,50	28,20	0,00	3,6
Ветчина	кг	0,01 0	279,00	20,90	22,60	0,00	2,79
Масло сливочное	кг	0,01 0	748,00	82,50	0,60	0,90	7,48
Творог	кг	0,01	156,00	9,00	16,70	13,00	1,56
Фасоль консервированная	кг	0,01	16,00	0,10	1,20	2,40	0,08
Горошек консервированный	кг	0,01	94,00	0,00	7,00	16,50	0,47
Кукуруза консервированная	кг	0,01	114,00	1,60	3,10	21,80	0,57
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ							
Сосиски жареные	кг	0,03	469,30	13,70	46,00	0,00	14,08
Тефтельки куриные	кг	0,03	432,60	22,30	30,60	17,80	12,98
Запеканка из творога	кг	0,02	250,20	16,20	13,00	17,60	5,00
Омлет натуральный	кг	0,02	193,00	7,80	16,80	2,70	3,86

Омлет с ветчиной	кг	0,02	264,40	11,70	23,00	2,80	5,29
Глазунья из 1 яйца	шт	0,02	382,00	12,70	36,50	0,70	7,64
Яйцо отварное	шт	0,01 5	157,00	12,70	11,50	0,70	2,36
Пицца с ветчиной	кг	0,05	263,40	11,00	13,70	24,60	13,17
Блины	кг	0,02	214,10	5,20	8,30	31,70	4,28
Бульон куриный	кг	0,10	31,90	1,40	2,90	0,00	3,19
Сухарики к бульону	кг	0,01	400,00	12,10	3,80	8,40	2,00
ГАРНИРЫ							
Макароны отварные	кг	0,03	186,80	3,80	6,10	28,40	5,60
Гречка отварная	кг	0,03	137,20	5,30	1,10	28,40	4,12
Картофель отварной	кг	0,03	267,00	2,10	20,10	20,70	8,01
							0,00
КАШИ							
Каша молочная манная	л	0,04	145,20	4,00	6,80	18,10	5,81
Каша молочная геркулесовая	л	0,04	148,20	4,10	7,60	16,90	5,93
Каша на воде ячневая	л	0,04	72,40	2,50	0,20	16,30	2,90
МОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ							
Молоко	л	0,02 0	58,00	3,20	2,80	4,70	1,16
Кефир	л	0,02	59,00	3,20	2,80	4,10	1,18
Йогурт питьевой	л	0,02	51,00	1,50	5,00	3,50	1,02
Мюсли	кг	0,01	350,00	8,40	7,30	64,70	3,50
Хлопья кукурузные	кг	0,01	369,00	7,00	3,00	78,70	3,69
СОУСЫ							
Молоко сгущеное	кг	0,01	315,00	8,50	7,20	56,00	3,15
Джем	кг	0,01	80,00	0,00	0,00	20,00	0,80
Кетчуп	кг	0,00 5	96,00	0,90	0,00	23,10	0,48
Майонез	кг	0,01	627,00	67,00	3,10	2,60	3,14
Горчица	кг	0,00 2	113,70	11,10	5,80	4,50	0,23
Сметана	кг	0,01	206,00	20,00	2,80	3,20	1,03
Масло растительное	л	0,00 2	899,00	99,90	0,00	0,00	1,80
Соус соевый	л	0,00 2	58,00	0,00	3,50	11,00	0,12

ХЛЕБ, ВЫПЕЧКА							
Хлеб ржаной	кг	0,03	215,54	0,59	6,70	49,03	6,47
Хлеб пшеничный	кг	0,03	215,60	10,20	3,30	29,60	6,47
Батон	кг	0,03	254,00	2,40	7,70	53,40	7,62
Язык слоёный	кг	0,01 0	459,60	6,50	24,50	57,00	4,60
Пирожное Неженка	кг	0,01 0	254,00	8,00	10,10	34,00	2,54
Корзиночка песочная	кг	0,01 0	367,90	5,20	16,60	51,00	3,68
Вафли Венские	кг	0,01 0	397,80	6,18	30,36	26,50	3,98
Булочка с маком	кг	0,01 0	357,10	7,70	11,90	58,50	3,57
НАПИТКИ, ЛИМОН							
Напиток облепиховый	л	0,05 0	64,44	0,00	0,15	16,77	3,22
Морс брусничный	л	0,05 0	61,10	0,00	0,09	16,05	3,06
Чай в ассортименте	л	0,05 0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофе растворимый	кг	0,00 2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофе в зернах	кг	0,00 3	223,00	14,40	13,90	2,80	0,67
Молоко сухое	кг	0,00 3	362,00	0,00	33,20	52,30	1,09
Лимон	кг	0,00 5	30,00	0,00	0,90	3,60	0,15
							200,52

			Энергетическая ценность ККАЛ, 100 г	Содержание белков, 100 г	Содержание жиров, 100 г	Содержание углеводов, 100 г	
			10,00	0,00	7,00	18,00	
			140,00	0,00	6,00	29,00	
			1139,31	59,41	73,85	81,58	
			921,50	53,32	51,67	57,75	
			582,20	0,25	16,22	135,95	
			140,00	0,00	15,00	22,00	
			3710,00	300,00	234,00	0,00	
			3600,00	275,00	282,00	0,00	
			2790,00	208,99	225,99	0,00	
			160,00	1,00	12,00	24,00	
			940,00	0,00	70,00	165,00	
			1140,00	16,00	31,00	218,00	
			3500,00	84,00	73,00	647,00	
			3690,00	70,00	30,00	787,00	
			549,71	30,16	9,86	63,19	
			378,80	29,46	20,73	7,96	
			551,07	35,01	19,35	40,58	
			401,80	34,37	17,79	5,34	
			7480,00	825,00	6,00	9,00	
			342,79	16,90	9,48	40,58	

			370,13	16,28	10,61	48,15	
			336,02	15,30	7,97	43,13	
			6270,00	670,00	31,00	26,00	
			2060,00	200,00	28,00	32,00	
			8990,00	999,00	0,00	0,00	
			580,00	0,00	35,00	110,00	
			644,40	0,00	1,53	167,70	
			611,00	0,00	0,87	160,45	
			580,00	32,00	28,00	47,00	
			590,00	32,00	28,00	41,00	
			510,00	15,00	50,00	35,00	
			2230,00	144,00	139,00	28,00	
			3620,00	0,00	332,00	523,00	
			300,00	0,00	9,00	36,00	
			3150,00	85,00	72,00	560,00	
			800,00	0,00	0,00	200,00	
			160,86	8,56	2,26	19,93	
			88,89	3,54	2,81	11,92	
			181,27	11,52	1,74	18,16	
			2155,42	5,85	66,95	490,28	

			2540,00	24,00	77,00	534,00	
ЗАВТРАК МИНИ ШВЕДКА							
Холодная линия	ед. из м	Но рма на 1 чел., г	Энергетическая ценность ККАЛ, 100 г	Содержание белков, 100 г	Содержание жиров, 100 г	Содержание углеводов, 100 г	Калорийность завтрака на 1 человека, ккал
Огурцы свежие нарезанные	кг	0,010	10,00	0,00	0,70	1,80	0,10
Помидоры свежие нарезанные	кг	0,010	14,00	0,00	0,60	2,90	0,14
Салат Оливье	кг	0,020	113,93	5,94	7,39	8,16	2,28
Салат Морковь с сыром	кг	0,020	92,15	5,33	5,17	5,78	1,84
Салат из свежей капусты	кг	0,020	58,22	0,03	1,62	13,60	1,16
Капуста пекинская	кг	0,010	14,00	0,00	1,50	2,20	0,14
Сыр Российский	кг	0,010	371,00	30,00	23,40	0,00	3,71
Колбаса Сервелат	кг	0,010	360,00	27,50	28,20	0,00	3,60
Ветчина	кг	0,010	279,00	20,90	22,60	0,00	2,79
Фасоль консервированная	кг	0,005	16,00	0,10	1,20	2,40	0,08
Горошек консервированный	кг	0,005	94,00	0,00	7,00	16,50	0,47
Кукуруза консервированная	кг	0,005	114,00	1,60	3,10	21,80	0,57
Мюсли	кг	0,010	350,00	8,40	7,30	64,70	3,50

Хлопья кукурузные	кг	0,0 10	369,00	7,00	3,00	78,70	3,69
Горячая линия + Каша							
Драники со сметаной и опятами 150/30/15	пор ц.	1,0 00	54,97	3,02	0,99	6,32	54,97
Омлет с томатами и ветчиной 220гр	пор ц.	1,0 00	37,88	2,95	2,07	0,80	37,88
Тефтели курин. с рисом отвар.+ помидор 75/100/25	пор ц.	1,0 00	55,11	3,50	1,94	4,06	55,11
Глазунья из 2-х яиц+ сосиски+кетчуп 80/60/30	пор ц.	1,0 00	40,18	3,44	1,78	0,53	40,18
Масло сливочное	кг	0,0 10	748,00	82,50	0,60	0,90	7,48
Каша геркулесовая с грессини 200/10	пор ц.	1,0 00	34,28	1,69	0,95	4,06	34,28
Каша пшенная с маслом и грессини 200/10 КЗ*		1,0 00	37,01	1,63	1,06	4,82	37,01
Каша рисовая с маслом и грессини 200/10 КЗ*		1,0 00	33,60	1,53	0,80	4,31	33,60
Соусы							
Майонез	кг	0,0 05	627,00	67,00	3,10	2,60	3,14
Сметана	кг	0,0 05	206,00	20,00	2,80	3,20	1,03
Масло растительное	л	0,0 02	899,00	99,90	0,00	0,00	1,80
Соус соевый	л	0,0 02	58,00	0,00	3,50	11,00	0,12
Напитки							
Напиток облепиховый	л	0,0 50	64,44	0,00	0,15	16,77	3,22
Морс брусничный	л	0,0 50	61,10	0,00	0,09	16,05	3,06
Молоко	л	0,0 20	58,00	3,20	2,80	4,70	1,16
Чай в ассортименте	л	0,0 50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кефир	л	0,0 20	59,00	3,20	2,80	4,10	1,18
Йогурт питьевой	л	0,0 20	51,00	1,50	5,00	3,50	1,02
Кофе растворимый	кг	0,0 02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Кофе в зернах	кг	0,0 03	223,00	14,40	13,90	2,80	0,67
Молоко сухое	кг	0,0 03	362,00	0,00	33,20	52,30	1,09
Лимон	кг	0,0 05	30,00	0,00	0,90	3,60	0,15
Выпечка							

Молоко сгущеное	кг	0,0 10	315,00	8,50	7,20	56,00	3,15
Джем	кг	0,0 10	80,00	0,00	0,00	20,00	0,80
Язык слоёный	кг	0,0 10	459,60	6,50	24,50	57,00	4,60
Пирожное Неженка	кг	0,0 10	254,00	8,00	10,10	34,00	2,54
Корзиночка песочная	кг	0,0 10	367,90	5,20	16,60	51,00	3,68
Хлеб ржаной	кг	0,0 30	215,54	0,59	6,70	49,03	6,47
Батон	кг	0,0 30	254,00	2,40	7,70	53,40	7,62
							371,06