



утверждаю:

Аудиторское общество Комбинат школьного питания  
«Комбинат  
школьного  
питания  
Центральный»  
г. Томск  
И.Н. Масал

Директор



### МЕНЮ

на 3 - 7 Октября 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,53
2	Каша молочная ячневая с маслом	179,76	6,16	3,04	31,37	200/7	18,66
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Фрукт апельсин свежий					215	30,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	24,85	0,82	0,14	5,09	12	1,05
		405,18	14,85	9,8	63,56		80,00
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порционно	13,2	0,61	0,11	2,09	55	13,02
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	180,79	8,72	14,96	2,18	35/35	36,96
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150	20,21
4	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	34,1	1	0,49	5,92	15	2,04
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	41,54	1,32	0,21	8,57	16	1,40
		428,94	14,88	16,88	52,76		80,00
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	44,3	0,84	0,06	9,87	70	7,64
2	Наггетсы "Детские"	39,96		4,44		80	39,16
3	Гречка отварная с овощами п/ф	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
4	Чай ройбуш	16			3,99	200	2,76
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	33,85	1,12	0,19	6,94	17	1,43
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		409,1	11,34	11,39	64,34		80,00
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом ароматным (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	14,02
2	Омлет запеченный натуральный	202,14	15,71	14,21	2,81	150	43,95
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	60,83	2,01	0,33	12,47	30	2,57
5	Фрукт яблоко свежее					110	11,44
		419,34	20,17	15,51	46,44		80,00
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Винегрет овощной п/ф	102,5	1,09	8,13	6,07	80	13,17
2	Минтай, запеченный с сыром	152,52	16,62	8,01	3,33	80	47,29
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	63	0,65	5,02	3,68	150	12,30
4	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200/12	4,25
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,54
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		452,07	21	21,64	42,72		80,00

Повар-бригадир

Рез  
(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк  
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

А  
(подпись)

Технолог

Фоменко  
(подпись)

Фоменко С.В.

## МЕНЮ

на 3 - 7 Октября 2022 г. 2-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	114,02	5,39	5,12	11,57	23/15	15,03
2	Плов из индейки (овощи п/ф)	197,85	13,56	14,88	2,32	50/150	58,59
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200	4,89
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	35,27	1,16	0,19	7,23	18	1,49
		<b>401,15</b>	<b>20,19</b>	<b>20,19</b>	<b>34,37</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	236/15м	19,58
2	Каша молочная манная с маком и вишневым вареньем	93,08	3,27	3,52	11,89	200/20	27,62
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	41,34	1,21	0,6	7,18	18	2,48
		<b>338,49</b>	<b>10,04</b>	<b>7,73</b>	<b>54,26</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	12,25	0,63	0,11	2	35/35	13,72
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной/ов.п/ф/	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
3	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	23,43	0,77	0,13	4,8	12	0,99
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
		<b>452,11</b>	<b>15,87</b>	<b>18,43</b>	<b>53,69</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	119,35	1,33	7,58	10,88	95	20,89
2	Фарфале с филе индейки в соусе и сыром(лук п/ф)	297,25	14,39	8,43	41,4	200	36,38
3	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
4	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	46,84	1,49	0,24	9,67	19	1,59
		<b>635,05</b>	<b>21,4</b>	<b>19</b>	<b>94,4</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	37,97	0,72	0,06	8,46	60	6,55
2	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	200,92	11,06	13,87	13,28	70	41,68
3	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
4	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	24,14	0,8	0,13	4,95	12	1,02
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>555,62</b>	<b>18,18</b>	<b>20,16</b>	<b>80,06</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир

*Иванов*  
(подпись)

Экономист по ценам

*Грицок*  
(подпись)

Грицок О.М.

Мед. работник

*Иванов*  
(подпись)

Технолог

*Фоменко*  
(подпись)

Фоменко С.В.



«Комбинат школьного питания «Центральный»  
И.Н. *Марал*

Директор




## МЕНЮ

на 3 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход*	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей "Лучик"(огурцы, перец сл. ) с зеленью	11,68	0,68	0,09	2,07	55/20/1	19,22
2	Мед /в инд. уп./ 20 гр	65,6	0,16		16,06	1шт/20гр	8,67
3	Открытый сэндвич (батон,томат,сыр)	117,64	5,55	5,15	12,14	23/15/15	18,58
4	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	110,48	5,09	4,25	15,57	250/10/10	34,00
5	Каша молочная ячневая с маслом	179,76	6,16	3,04	31,37	200/5	16,91
6	Каша молочная ячневая с маслом (без сахара)	211,11	7,88	3,13	37,05	210/5	16,88
7	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	165,94	6,77	12,92	5,54	60/5	33,34
8	Бедро куриное запеченное	254,84	16,29	20,66		100	41,43
9	Плов из индейки (овощи п/ф)	197,85	13,56	14,88	2,32	50/150	58,59
10	Пельмени отварные /из говядины/					200	143,63
11	Гречка вязкая Диета	148,51	4,79	4,75	21,7	150	5,88
12	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
13	Овощная смесь "Мексиканская" припущенная (фасоль струч.,перец зел., кукуруза, зел. горошек, морковь)/гарнир. м.р./	26,97		3		100	20,70
14	Рис припущенный м.р	47,2		5,24		150	8,54
15	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
16	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
17	Чай без сахара	0,01				200	0,48
18	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
19	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200	4,89
20	Чай с ягодно-яблочной смесью без сахара	6,01	0,08		1,28	200	3,53
21	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
22	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
23	Молоко питьевое ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
24	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
25	Сок яблочно-персиковый "Дары Кубани"200мл					1шт/200мл	27,09
26	Сок яблочно-шиповниковый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
27	Булочка "Домашняя" (Пекарский цех) 50 гр мс	144,75	3,71	0,63	30,44	50	9,36
28	Пирожное "Персик" (Пекарский цех)	344,57	3,61	13,9	51,16	75	11,58
29	Пюре из яблок и бананов "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
30	Пюре яблочное "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
31	Ромовая баба (Пекарский цех)	298,68	5,73	10,2	45,18	100	17,43
32	Турбинка песочная (Пекарский цех) 60 гр	274,37	3,5	12,18	37,56	60	9,79
33	Фрукт апельсин свежий					215	30,75
34	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
35	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
36	Бисквитное пирожное со сгущенным молоком HIPPO BO & friends 32гр					1шт/32гр	14,05
37	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
38	Мармелад желевый "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
39	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
40	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
41	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
42	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр					1шт/50гр	17,55
	Печенье овсяное обогащенное витаминами						

44	сладости"					1шт/15гр	23,35
45	Фруктовые кусочки "Фруто Няня" 15гр					1шт/15гр	59,35
46	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
47	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
48	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
49	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
50	Фрукт яблоко свежее					100	10,41
		<b>3 598,16</b>	<b>91,86</b>	<b>128,89</b>	<b>507,37</b>		<b>1 187,94</b>

Повар-бригадир

  
(подпись)

Экономист по ценам

  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Технолог

  
(подпись)

Фоменко С.В.



«Комбинат школьного питания Центральный»  
И.Н. *Masal*



## МЕНЮ

на 4 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Обед</b>							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,79
2	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	23/15	19,58
3	Нарезка из свежих огурцов с луком зеленым с маслом и зеленью	101,13	0,62	10,08	1,62	80/10/10/1	18,37
4	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	125,64	1,4	7,98	11,45	100	21,99
5	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	94,09	3,81	4,84	8,6	200	24,86
6	Каша молочная манная с маком и вишневым вареньем	93,08	3,27	3,52	11,89	200/20	27,62
7	Рыба припущенная (горбуша) п/ф	1,64	0,06	0,01	0,33	50	49,41
8	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
9	Люля-кебаб из куриного филе Диета п ф	142,1	13,14	9,46	1,08	90	49,88
10	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	180,79	8,72	14,96	2,18	35/35	36,96
11	Говядина отварная п/ф	106,86	9,07	7,78	0,18	30	47,71
12	Картофель запеченный /из отварного/ (карт. п/ф м.р./	201,24	3,36	8,66	27,38	150	18,95
13	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
14	Рис припущенный м.р	47,2		5,24		150	8,54
15	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
16	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
17	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
18	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200	6,37
19	Напиток тёплый из вишни (без сахара)					200	5,00
20	Чай без сахара	0,01				200	0,48
21	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
22	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
23	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
24	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
25	Сок яблочно-шиповниковый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
26	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
27	Булочка "Фантазия" (Пекарский цех) 50 гр	202,47	3,69	5,75	33,33	50	11,71
28	Гребешок с маком (Пекарский цех) 50 гр	239,9	5,06	10,28	31,28	50	13,58
29	Пюре из яблок и бананов "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
30	Пюре яблочное "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
31	Турбинка песочная (Пекарский цех) 60 гр	274,37	3,5	12,18	37,56	60	9,79
32	Фрукт апельсин свежий					250	35,75
33	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
34	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
35	Бисквитное пирожное со вкусом малины HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
36	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
37	Мармелад желейный "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
38	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
39	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
40	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
41	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр					1шт/50гр	17,55
42	Печенье овсяное обогащенное витаминами мультызлаковое "Фруто Няня" 50гр					1шт/50гр	54,40
	Фруктовая лента KIDS 15 гр "Правильные						

45	Шоколад молочный KINDER КАНТРИ 23,5гр					1шт/23,5гр	59,20
46	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
47	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
48	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
49	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
50	Фрукт яблоко свежее					100	10,42
		<b>3 254,93</b>	<b>88,55</b>	<b>142,48</b>	<b>391,28</b>		<b>1 167,74</b>

Повар-бригадир

  
(подпись)

Экономист по ценам

  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Технолог

  
(подпись)

Фоменко С.В.



«Комбинат  
школьного  
питания»  
Центральный  
Томск

И.Н. *Масал*



## МЕНЮ

на 5 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Обед</b>							
1	Говядина отварная с зеленым горошком п/ф	112,86	9,54	7,81	1,16	30/15	50,79
2	Морковь с сахаром п/ф	44,3	0,84	0,06	9,87	70	7,64
3	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,79
4	Бутерброд с джемом,маслом сливочным (батон нарезной)*	114,77	1,87	0,69	25,84	23/20/10	21,24
5	Салат "Калейдоскоп" (перец сл., огурцы св., томаты, кукуруза конс., масло раст.)	116,38	1,16	10,38	4,19	100	29,82
6	Суп картофельный с горохом, гренками п/ф*	158,83	7,4	0,8	31,12	250/10	15,51
7	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем, молоком сгущеным*	296,11	13,62	8,66	41,54	110/20	51,80
8	Рыба припущенная (горбуша) п/ф	1,64	0,06	0,01	0,33	50	49,41
9	Жаркое "По-домашнему"со свининой/ов.п/ф/	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
10	Наггетсы "Детские"	39,96		4,44		80	39,16
11	Пельмени отварные "По-русски" с маслом					200/10	136,08
12	Гречка отварная с овощами п/ф	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
13	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
14	Рис припущенный м.р	47,2		5,24		150	8,54
15	Компот из сухофруктов (без сахара)	46,4	1,04	0,06	10,2	200	4,06
16	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200/10	6,51
17	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
18	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
19	Чай без сахара	0,01				200	0,48
20	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
21	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
22	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
23	Молоко питьевое ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
24	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
25	Сок яблочно-персиковый "Дары Кубани"200мл					1шт/200мл	27,09
26	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
27	Булочка "Домашняя" (Пекарский цех) 50 гр мс	144,75	3,71	0,63	30,44	50	9,36
28	Печенье овсяное "Изюминка" (Пекарский цех) 50гр.	250,3	4,25	9,15	37,66	50	11,11
29	Пюре из яблок и бананов "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
30	Пюре из яблок и персиков "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
31	Рогалик слоеный со сгущеным молоком(Пекарский цех)	291,39	4,98	15,09	34	70	10,58
32	Фрукт груша свежая					185	50,51
33	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
34	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
35	Бисквитное пирожное со вкусом малины HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
36	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
37	Мармелад желейный "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
38	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
39	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
40	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
41	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр					1шт/50гр	17,55
42	Печенье овсяное обогащенное витаминами					1шт/50гр	51,40

43	сладости"					1шт/15гр	23,35
44	Фруктовые кусочки "Фруто Няня" 15гр					1шт/15гр	59,35
45	Шоколад молочный KINDER КАНТРИ 23,5гр					1шт/23,5гр	59,20
46	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
47	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
48	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
49	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
50	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
		<b>3 222,11</b>	<b>80,83</b>	<b>104,14</b>	<b>480,74</b>		<b>1 318,08</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Технолог



(подпись)

Фоменко С.В.





«Комбинат школьного питания»  
Центральный  
г.Тюмень  
И.Н. *Иванов*

Директор



## МЕНЮ

на 6 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Четверг</b>							
<b>Обед</b>							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,79
2	Бутерброд с маслом ароматным (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	14,02
3	Нарезка из свежих помидоров и перца с маслом	112,4	1,08	10,13	3,92	45/45/10	35,54
4	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	119,35	1,33	7,58	10,88	95	20,89
5	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	80,69	2,61	5,35	5,28	80	14,58
6	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	124,12	5,42	3,72	18,48	250/10/5	35,29
7	Омлет запеченный натуральный	202,14	15,71	14,21	2,81	150	43,95
8	Минтай запеченный	139,81	16,73	6,37	3,72	90	46,76
9	Фарфале с филе индейки в соусе и сыром(лук п/ф)	297,25	14,39	8,43	41,4	200	36,38
10	Филе индейки, запеченное с овощами Диета	156,22	12,06	11,27	1,59	57	43,96
11	Говядина отварная п/ф	106,86	9,07	7,78	0,18	30	47,71
12	Печень запеченная	150,38	16,05	6,84	5,08	50	38,74
13	Гречка вязкая Диета	148,51	4,79	4,75	21,7	150	5,88
14	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
15	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	63	0,65	5,02	3,68	150	12,30
16	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
17	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
18	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200	6,76
19	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я" без сахара	10	0,13		2,13	200	5,39
20	Чай без сахара	0,01				200	0,48
21	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
22	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
23	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
24	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
25	Молоко питьевое ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
26	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
27	Сок яблочно-вишневый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
28	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
29	Булочка "Оригинальная" (Пекарский цех) 50 гр	210,87	3,46	5,57	36,73	50	7,90
30	Пирожное "Персик" (Пекарский цех)	344,57	3,61	13,9	51,16	75	11,58
31	Пюре из яблок и персиков "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
32	Турбинка песочная (Пекарский цех) 60 гр	274,37	3,5	12,18	37,56	60	9,79
33	Фрукт груша свежая					185	50,51
34	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
35	Бисквитное пирожное со вкусом банана HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
36	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
37	Мармелад жележный "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
38	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
39	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
40	Палочки кукурузные яблоко-банан "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
41	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр					1шт/50гр	17,55
42	Печенье овсяное обогащенное витаминами					1шт/50гр	17,55

43	сладости"					1шт/15гр	23,35
44	Фруктовые кусочки "Фруто Няня" 15гр					1шт/15гр	59,35
45	Шоколад молочный KINDER КАНТРИ 23,5гр					1шт/23,5гр	59,20
46	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
47	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
48	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
49	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
50	Фрукт яблоко свежее					110	11,45
		<b>3 693</b>	<b>127,89</b>	<b>145,36</b>	<b>460,48</b>		<b>1 196,09</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Технолог



Фоменко С.В.

(подпись)



Центральный  
г.Тюмень  
И.Н. *Masal*

Директор

**МЕНЮ**

на 7 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Обед</b>							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	19,06
2	Винегрет овощной п/ф	102,5	1,09	8,13	6,07	80	13,17
3	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы, лук зел.) с маслом	58	0,6	5,09	1,86	30/35/10/5	17,15
4	Филе куриное отварное с кукурузой	71,91	9,59	2,8	1,8	50/15	38,24
5	Уха "Рыбацкая "(минтай) с зеленью п/ф	121,28	9,01	4,7	10,65	200/40/1	30,02
6	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) Диета безмолочная	167,56	4,7	1,42	33,8	200	7,62
7	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	231,16	8,06	4,42	39,44	200/5	23,16
8	Минтай запеченный	108,74	13,01	4,95	2,89	70	36,37
9	Бедро куриное запеченное	254,84	16,29	20,66		100	41,43
10	Фрикасе из филе куриного п/ф	155,03	15,69	9,05	8,87	90	67,71
11	Пельмени отварные /из говядины/					150	107,72
12	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	200,92	11,06	13,87	13,28	70	41,68
13	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
14	Каша перловая рассып.с овощами п/ф	141,35	4,28	0,51	29,77	150	15,27
15	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
16	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	63	0,65	5,02	3,68	150	12,30
17	Компот тёплый из кураги 9 диета	46,4	1,04	0,06	10,2	200	8,61
18	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200	9,75
19	Чай без сахара	0,01				200	0,48
20	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
21	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
22	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
23	Молоко питьевое ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
24	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
25	Сок яблоко+персик "Фруто няня" 200 мл					1шт/200мл	33,91
26	Сок яблочно-шиповниковый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
27	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
28	Ватрушка "Тюменская"(Пекарский цех) 40гр	142,15	2,94	2,78	25,69	40	10,35
29	Гребешок с маком (Пекарский цех) 50 гр	239,9	5,06	10,28	31,28	50	13,58
30	Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр	316,32	7,35	15,97	34,9	60	17,59
31	Пюре из яблок и бананов "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
32	Фрукт виноград свежий	72	0,6	0,6	15,4	100	23,70
33	Фрукт груша свежая					185	50,51
34	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
35	Бисквитное пирожное со вкусом малины HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
36	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
37	Мармелад жевательный с витаминами "BabyFox" 30гр					1шт/30гр	9,28
38	Мармелад жележный "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
39	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
40	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
41	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60

42	мультизлаковое "Фруто Няня" 50гр					1шт/50гр	54,40
43	Фруктовая лента KIDS 15 гр "Правильные сладости"					1шт/15гр	23,35
44	Фруктовые кусочки "Фруто Няня" 15гр					1шт/15гр	59,35
45	Шоколад молочный KINDER КАНТРИ 23,5гр					1шт/23,5гр	59,20
46	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
47	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
48	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
49	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
50	Фрукт яблоко свежее					100	10,41
		<b>3 612,57</b>	<b>127,91</b>	<b>136,69</b>	<b>472,97</b>		<b>1 315,00</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Технолог



Фоменко С.В.

(подпись)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575835

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 04.03.2022 по 04.03.2023