

### МЕНЮ

на 17 - 21 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	Бутерброд с сыром (хл.пш."Здоровье" н)	105,65	5,24	4,93	9,39	20/15	14,65
2	Плов из индейки (овощи п/ф)	173,07	8,37	14,29	2,63	30/170	41,36
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200/12	4,89
4	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,55
		<b>573,18</b>	<b>21,14</b>	<b>23,42</b>	<b>61,74</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	236/10м	14,02
2	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом	247,32	7,47	7,47	37,4	200/5	17,58
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Фрукт апельсин свежий					250	35,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	27,93	0,92	0,15	5,73	14	1,18
		<b>432,32</b>	<b>13,15</b>	<b>10,83</b>	<b>70,22</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	3,85	0,25	0,04	0,67	35	5,43
2	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	263,47	11,79	14,09	22,22	30/150	61,60
3	Напиток из брусники и клубники	58,88	0,19	0,11	13,94	200/12	10,07
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	34,32	1,13	0,19	7,04	17	1,45
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>403,36</b>	<b>14,72</b>	<b>14,65</b>	<b>52,71</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек зел, лук репч, огурцы сол, с маслом) ов.п/ф	78,29	1,4	4,21	8,59	80	12,04
2	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
3	Макаронны аль-помодоро	223,33	4,43	8,78	31,29	150	8,59
4	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
5	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	25,8	0,85	0,14	5,29	13	1,09
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>733,23</b>	<b>25,64</b>	<b>34,48</b>	<b>78,67</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	226,7	7,95	18,7	6,53	70/5	38,17
3	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
4	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	40,34	1,18	0,58	7	17	2,41
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	34,34	1,12	0,22	7,65	17	1,55
		<b>611,56</b>	<b>14,87</b>	<b>25,49</b>	<b>79,95</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир

*Руды*  
 (подпись)

Экономист по ценам

*Грицюк*  
 (подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник

*Л*  
 (подпись)

Технолог

*Фоменко*  
 (подпись) Фоменко С.В.

## МЕНЮ

на 17 - 21 Октября 2 022 г. 2-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)	117,62	5,55	5,15	12,14	23/15/15	18,58
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	248,8	6,86	11,78	28,99	200/10	22,80
3	Какао молочно-шоколадный	93	2,8	2,5	14,68	200	14,44
4	Йогурт со злаками черники питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	34,08	1,12	0,19	6,99	17	1,43
		<b>567,5</b>	<b>19,13</b>	<b>22,12</b>	<b>73,8</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	4,4	0,28	0,04	0,76	40	6,20
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,24
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	20,21
4	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	52,14	1,66	0,27	10,76	21	1,77
		<b>505,47</b>	<b>16,63</b>	<b>22,63</b>	<b>57,74</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
2	Фрикасе из филе куриного п/ф	149,42	12,24	10,19	6,96	70	52,66
3	Гречка отварная с овощами п/ф м.р	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
4	Чай ройбуш	16			3,99	200	2,76
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,64	17	1,44
		<b>431,67</b>	<b>21,06</b>	<b>18,23</b>	<b>50,35</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным /хл. Здоровье/	51,2	1,63	0,5	9,34	206/10м	13,65
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	239,01	15,3	18,78	2,18	120	44,76
3	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
4	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	34,08	1,12	0,19	6,99	17	1,44
		<b>410,69</b>	<b>19,09</b>	<b>19,53</b>	<b>38,69</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат в стиле греческий с маслом	84,02	0,62	7,95	2,37	70	22,40
2	Минтай, запеченный с сыром	121,68	12,84	6,6	2,61	60	36,92
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	199,74	3,63	8	33,93	150	12,30
4	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200/12	5,09
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	24,6	0,72	0,36	4,27	10	1,47
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	40,4	1,32	0,26	9	20	1,82
		<b>525,45</b>	<b>19,21</b>	<b>23,24</b>	<b>65,55</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир

Вал  
 (подпись)

Экономист по ценам

Грицюк  
 (подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

α  
 (подпись)

Технолог

Соус  
 (подпись)

Фоменко С.В.



И.Н. *Марал*




## МЕНЮ

на 17 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	143,58	5,14	7,87	15,64	250/10/10	34,00
5	Каша молочная геркулесовая с маслом	248,8	6,86	11,78	28,99	200/10	22,80
6	Каша молочная геркулесовая с маслом (без сахара)	276,1	9,65	9,18	39,22	225/5	18,07
7	Бедро куриное запеченное	254,84	16,29	20,66		100	41,43
8	Плов из индейки (овощи п/ф)	173,07	8,37	14,29	2,63	30/170	41,36
9	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	208,91	9,36	15,79	7,13	90/5	47,54
10	Пельмени отварные /из говядины/					150	107,72
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	Макаронные изделия отварные* постные	229,47	5,58	5,83	38,33	150	6,14
14	Овощная смесь "Мексиканская" припущенная (фасоль струч.,перец зел., кукуруза, зел. горошек, морковь)/гарнир. м.р./	26,97		3		100	20,70
15	Рис припущенный м.р	215,72	3,68	8,92	37,28	150	8,54
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	Чай без сахара	0,01				200	0,48
19	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
20	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200	4,89
21	Чай с ягодно-яблочной смесью без сахара	6,01	0,08		1,28	200	3,53
22	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
23	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
24	Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
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-персиковый "Дары Кубани"200мл					1шт/200мл	27,09
28	Булочка "Домашняя" (Пекарский цех) 50 гр мс	193,9	3,78	6,01	30,54	50	9,36
29	Пирожное "Персик" (Пекарский цех)	344,57	3,61	13,9	51,16	75	11,58
30	Пюре из яблок и бананов "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
31	Пюре фруктовый салатик "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
32	Ромовая баба (Пекарский цех)	298,68	5,73	10,2	45,18	100	17,43
33	Турбинка песочная (Пекарский цех) 60 гр	274,37	3,5	12,18	37,56	60	9,79
34	Фрукт груша свежая					185	50,51
35	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
36	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
37	Бисквитное пирожное со сгущенным молоком HIPPO BO & friends 32гр					1шт/32гр	14,05
38	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
39	Мармелад желевый "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
40	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
41	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
42	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
43	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
	Печенье растворимое пшеничное, обогащ.						

45	сладости"					1шт/15гр	23,35
46	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
47	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
48	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
49	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
50	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,35
		<b>4 508,62</b>	<b>110,16</b>	<b>170,97</b>	<b>624,84</b>		<b>1 118,27</b>


Повар-бригадир

  
(подпись)

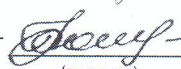
Экономист по ценам

 Богомолова Е.Н.  
(подпись)

Мед. работник

  
(подпись)

Технолог

 Фоменко С.В.  
(подпись)

Центральный  
адрес: г.Тюмень,  
ул. Мухоморова, д.11. *Масел*

Директор

**МЕНЮ**

на 18 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	52,65	0,49	5,07	1,33	70/5	11,78
2	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,79
3	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	236/10м	14,02
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	183,81	4,86	13,31	10,89	250	31,07
6	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	280,42	7,52	11,09	37,47	200/10	21,95
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)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,24
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	Макаронные изделия отварные /спагетти/постные	225,7	6,63	6,01	36,72	150	7,77
15	Рис припущенный м.р	215,72	3,68	8,92	37,28	150	8,54
16	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
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	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200	6,37
20	Напиток тёплый из вишни (без сахара)					200	5,00
21	Чай без сахара	0,01				200	0,48
22	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
23	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
24	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
25	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
26	Сок яблочно-шиповниковый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
27	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
28	Булочка "Фантазия" (Пекарский цех) 50 гр	202,47	3,69	5,75	33,33	50	11,71
29	Гребешок с маком (Пекарский цех) 50 гр	239,9	5,06	10,28	31,28	50	13,58
30	Пюре из яблок и персиков "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					100	14,30
33	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
34	Бисквитное пирожное со вкусом малины HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
35	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
36	Мармелад желейный "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
37	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
38	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
39	Мюсли "Лунтик"	63,87	0,86	1,54	11,65	1 шт/16 гр	9,10
40	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
41	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
42	Печенье овсяное обогатненное витаминами мультизлаковое "Фруто Няня" 50гр					1шт/50гр	54,40
	Фруктовая лента KIDS 15 гр "Правильные						

45	Шоколад молочный kinder макси 21гр	118,86	1,83	7,35	11,24	1шт/21гр	36,27
46	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
47	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
48	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
49	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
50	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,38
		<b>4 281,28</b>	<b>114,08</b>	<b>177,76</b>	<b>544,69</b>		<b>1 044,04</b>

Повар-бригадир

  
(подпись)

Экономист по ценам

  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Технолог

  
(подпись)

Фоменко С.В.



Центральный  
И.Н. *Мерзл*

Директор



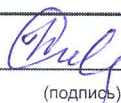
## МЕНЮ

на 19 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	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,79
3	Бутерброд с джемом,маслом сливочным (батон нарезной)*	114,77	1,87	0,69	25,84	23/20/10	21,24
4	Салат "Калейдоскоп" (перец сл., огурцы св., томаты, кукуруза конс., масло раст.)	116,38	1,16	10,38	4,19	100	29,82
5	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
6	Суп-пюре из гороха с гречками пф	160,47	7,35	3,67	25,06	200/10	10,47
7	Запеканка из творога со сгущенным молоком*	298,76	17,06	14,87	27,16	130/20	57,38
8	Минтай, запеченный с сыром	182,53	19,26	9,9	3,91	90	55,38
9	Фрикасе из филе куриного п/ф	149,42	12,24	10,19	6,96	70	52,66
10	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	263,47	11,79	14,09	22,22	30/150	61,60
11	Пельмени отварные "По-русски" с маслом	33,1	0,05	3,63	0,07	150/5	99,88
12	Гречка отварная с овощами п/ф м.р	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	215,72	3,68	8,92	37,28	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	193,9	3,78	6,01	30,54	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 с повидлом (Пекарский цех)	295,07	4,73	14,26	36,48	70	8,75
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 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-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
41	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
42	Печенье овсяное обогащенное витаминами мультизлаковое "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	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
47	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
48	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
49	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
50	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,34
		<b>3 939,55</b>	<b>125,45</b>	<b>144,89</b>	<b>531,88</b>		<b>1 309,07</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник



(подпись)

Технолог



Фоменко С.В.

(подпись)





Адрес: 650001, г. Тюмень, ул. Центральная, д. 1. *Мария*

Директор



## МЕНЮ

на 20 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 шоколадным /хл.Здоровье/	51,2	1,63	0,5	9,34	20б/10м	13,65
3	Нарезка из свежих помидоров и перца с маслом	60,95	0,75	5,1	2,69	45/20/5	21,82
4	Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек зел, лук репч, огурцы сол, с маслом) ов.п/ф	78,29	1,4	4,21	8,59	80	12,04
5	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
6	Рассольник "Ленинградский"с говядиной со сметаной п/ф	160,43	5,53	7,64	19,17	250/10/7	35,96
7	Омлет натуральный, запеченный с сыром	239,01	15,3	18,78	2,18	120	44,76
8	Минтай запеченный	108,74	13,01	4,95	2,89	70	36,37
9	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
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	180,46	19,26	8,2	6,09	60	46,49
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	Макаронные изделия отварные* постные	229,47	5,58	5,83	38,33	150	6,14
16	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	199,74	3,63	8	33,93	150	12,30
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	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200	6,76
20	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я" без сахара	10	0,13		2,13	200	5,39
21	Чай без сахара	0,01				200	0,48
22	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
23	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
24	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
25	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 м	15,60
26	Молоко питьевое ультрапаст.обогаченное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
27	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
28	Сок яблочно-вишневый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
29	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
30	Булочка "Оригинальная" (Пекарский цех) 50 гр	210,87	3,46	5,57	36,73	50	7,90
31	Пирожное "Персик" (Пекарский цех)	344,57	3,61	13,9	51,16	75	11,58
32	Пюре из яблок и персиков "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
33	Турбинка песочная (Пекарский цех) 60 гр	274,37	3,5	12,18	37,56	60	9,79
34	Фрукт груша свежая					185	50,51
35	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
36	Бисквитное пирожное со вкусом банана HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
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	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55

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	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
47	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
48	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
49	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
50	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
		<b>4 003,94</b>	<b>139,27</b>	<b>159,5</b>	<b>492,56</b>		<b>1 162,54</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



Богомолова Е.Н.

Мед. работник



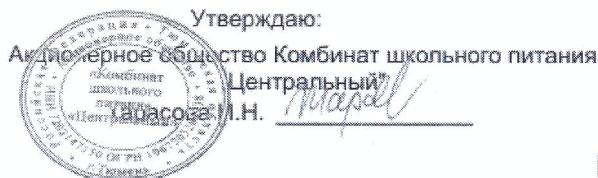
(подпись)

Технолог



Фоменко С.В.

(подпись)



## МЕНЮ

на 21 Октября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Обед</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	114,01	5,39	5,11	11,57	23/15	15,02
3	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом, зеленью	55,67	0,56	5,09	1,73	30/30/5/0,5 з	12,90
4	Салат в стиле греческий с маслом	84,02	0,62	7,95	2,37	70	22,40
5	Уха "Рыбачья" (минтай) с зеленью п/ф	129,89	6,48	5,6	13,3	250/25/1	24,00
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	264,26	8,11	8,04	39,51	200/5	23,16
8	Минтай запеченный	108,74	13,01	4,95	2,89	70	36,37
9	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	226,7	7,95	18,7	6,53	70/5	38,17
10	Люля-кебаб из филе куриного (хл.ряб)	146,34	11,05	8,27	13,23	80	34,13
11	Филе куриное, запечен. с овощами п/ф Диета	133,26	10,06	9,53	1,76	60	38,32
12	Пельмени отварные /из говядины/					150	107,72
13	Гречетто (крупа греч., масло слив., лук, чеснок, сливки, сыр ) п/ф	198,2	6,47	10,65	19,11	150	19,54
14	Гречка вязкая Диета	148,51	4,79	4,75	21,7	150	5,88
15	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
16	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
17	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	199,74	3,63	8	33,93	150	12,30
18	Компот из изюма (без сахара)	56,2	0,46	0,1	13,16	200	8,16
19	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
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 ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
25	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
26	Сок яблоко+персик "Фруто няня" 200 мл					1шт/200мл	33,91
27	Сок яблочно-шиповниковый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
28	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
29	Ватрушка "Тюменская"(Пекарский цех) 40гр	142,15	2,94	2,78	25,69	40	10,35
30	Гребешок с маком (Пекарский цех) 50 гр	239,9	5,06	10,28	31,28	50	13,58
31	Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр	316,32	7,35	15,97	34,9	60	17,59
32	Пюре из яблок и бананов "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
33	Фрукт виноград свежий	108	0,9	0,9	23,1	150	35,55
34	Фрукт груша свежая					185	50,51
35	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
36	Бисквитное пирожное со вкусом малины HIPPO BO & friends 40гр					1шт/40гр	17,57
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	Печенье овсяное обогащенное витаминами 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	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
47	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
48	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
49	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,36
50	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	40,4	1,32	0,26	9	20	1,82
		<b>3 751,28</b>	<b>108,47</b>	<b>141,17</b>	<b>518,82</b>		<b>1 251,36</b>

Повар-бригадир

  
 (подпись)

Экономист по ценам

  
 Богомолова Е.Н.  
 (подпись)

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