

Утверждаю:  
 Андрей Сергеевич Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 Г.И.Н. Маршал

Согласовано:  
 Средняя образовательная школа №14  
 города Тюмени  
 директор Александр Александрович

### МЕНЮ

на 7 - 11 ноября 2022 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 батон н)	121,28	5,87	5,71	11,57	23/17	16,64
2	Плов из куриной грудки /ов п/ф/	180,78	10,98	14,08	2,43	50/150	49,85
3	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
4	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	7,48
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	35,15	1,03	0,51	6,1	15	2,10
		<b>416,42</b>	<b>18,17</b>	<b>21,89</b>	<b>35,96</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы соленые	3,9	0,24	0,03	0,51	30	9,36
2	Бефстроганов (свинина, лук п/ф)	201,9	9,22	16,38	7,65	35/35	38,94
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	8,62
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	33,14	1,09	0,18	6,79	17	1,40
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,07	1,37	0,22	8,89	17	1,47
		<b>486,33</b>	<b>15,4</b>	<b>21,82</b>	<b>59,78</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковные палочки свежие 80гр					1шт/80гр	24,70
2	Люля-кебаб из куриного филе (хл.рябин) п/ф	164,64	12,43	9,31	14,88	90	39,54
3	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
4	Чай ройбуш	16			3,99	200	2,76
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	30,56	0,88	0,22	5,82	13	1,33
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		<b>427,77</b>	<b>19,79</b>	<b>16,22</b>	<b>56,53</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 6/10 м	14,02
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	298,76	19,13	23,48	2,72	150	55,95
3	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	47,57	1,57	0,26	9,75	24	2,01
		<b>502,7</b>	<b>23,15</b>	<b>24,71</b>	<b>43,63</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат в стиле греческий с маслом	96,02	0,71	9,08	2,71	80	25,60
2	Минтай запеченный	102,94	12,83	6	6,42	65	34,60
3	Рис припущенный	203,28	3,73	7,48	37,35	150	12,18
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200/12	4,89
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	30,3	1	0,17	6,21	15	1,28
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>529,39</b>	<b>19,71</b>	<b>22,95</b>	<b>74,78</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир

Рез  
 (подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.  
 (подпись)

Мед. работник

а  
 (подпись)

Технолог

Фоменко С.В.  
 (подпись)





утверждаю:

Акционерное общество Комбинат школьного питания

Центральный  
И.Н. *Марсел*



## МЕНЮ

на 7 - 11 ноября 2022 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)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,53
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	227,17	5,64	3,24	42,92	200/10	25,07
3	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,42
4	Фрукт яблоко свежее					180	18,72
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	54,57	1,6	0,79	9,47	23	3,26
		<b>474,21</b>	<b>14,39</b>	<b>10,2</b>	<b>79,19</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	29,19
2	Каша молочная манная с маком и клубничным вареньем	91,5	3,35	3,46	11,45	200/20	22,71
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	58,92	1,87	0,3	12,16	23	2,00
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,63
		<b>492,1</b>	<b>64,93</b>	<b>14,06</b>	<b>68,33</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы соленые	3,9	0,24	0,03	0,51	30	9,36
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой ов. п/ф	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
3	Напиток брусничный	59,5	0,18	0,13	14,03	200/12	12,17
4	Хлеб "Абсолют" ржано-пшеничный	26,43	0,76	0,19	5,03	11	1,15
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
		<b>448,01</b>	<b>15,45</b>	<b>18,44</b>	<b>52,61</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Винегрет овощной п/ф	115,31	1,23	9,15	6,83	90	14,81
2	Мак-н-чиз с филе индейки (макаронны, филе инд., молоко, сыр, масло. сл. мука)	349,41	19,62	12,57	38,95	200	57,97
3	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	49,49	1,57	0,26	10,21	20	1,68
		<b>604,92</b>	<b>23,71</b>	<b>22,23</b>	<b>76,74</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	215,28	11,85	14,86	14,23	75	44,66
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Напиток из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	23,67	0,78	0,13	4,85	12	1,00
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>568,86</b>	<b>18,75</b>	<b>21,17</b>	<b>81,01</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.





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



# МЕНЮ

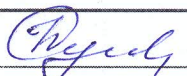
на 7 Ноября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ 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	14,43	0,85	0,11	2,55	80/20/1	23,10
2	Мед /в инд. уп./ 20 гр	65,6	0,16		16,06	1шт/20гр	8,67
3	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,54
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 кукурузная (жидкая) с маслом (без сахара и молока)	147,2	2,69	0,6	31,96	200/15	16,62
6	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	227,17	5,64	3,24	42,92	200/5	18,40
7	Голень куриная, запеченная	287,07	28,02	18,44	3,43	85	43,02
8	Плов из куриной грудки /ов п/ф/	180,78	10,98	14,08	2,43	50/150	49,85
9	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	174,17	9,25	12,15	6,73	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	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,42
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	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
23	Чай яблочно-вишневый без сахара	4,71	0,04	0,04	0,98	200	2,56
24	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
25	Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
26	Молоко питьевое ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
27	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
28	Сок яблочно-виноградный "Дары Кубани"200 мл					1шт/200мл	27,09
29	Булочка "Домашняя" (Пекарский цех) 50 гр мс	193,9	3,78	6,01	30,54	50	9,36
30	Пирожное "Персик" (Пекарский цех)	344,57	3,61	13,9	51,16	75	11,58
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 груша свежая					185	50,51
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 вкусом малины HIPPO BO & friends 32гр					1шт/40гр	17,57
37	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
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 "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
	Печенье растворимое пшеничное, обогащ.						




44	сладости"					1шт/15гр	23,35
45	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	7,48
46	Фрукт яблоко свежее					180	18,72
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>4 431,67</b>	<b>118,1</b>	<b>146,83</b>	<b>651,72</b>		<b>1 081,38</b>

Повар-бригадир


  
(подпись)

Экономист по ценам

  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Технолог

  
(подпись)

Фоменко С.В.





И.Н. Масел

Директор



### МЕНЮ

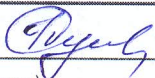
на 8 Ноября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	99,8	0,63	10,08	1,71	100	15,79
2	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,79
3	Джем UPRO 20 гр					1шт/20гр	9,28
4	Мед /в инд. уп./ 20 гр	65,6	0,16		16,06	1шт/20гр	8,67
5	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	125,64	1,4	7,98	11,45	100	21,99
6	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	117,61	4,76	6,06	10,75	250	31,07
7	Каша молочная манная с маком и клубничным вареньем	91,5	3,35	3,46	11,45	200/20	22,71
8	Рыба припущенная (горбуша) п/ф	1,64	0,06	0,01	0,33	50	49,41
9	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
10	Люля-кебаб из куриного филе Диета (лук п/ф)	130,8	12,22	8,63	1,03	90	49,88
11	Бефстроганов (свинина, лук п/ф)	201,9	9,22	16,38	7,65	35/35	38,94
12	Говядина отварная п/ф	106,86	9,07	7,78	0,18	30	47,71
13	Картофель запеченный /из отварного/ (карт. п/ф м.р./	201,24	3,36	8,66	27,38	150	18,95
14	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
15	Макаронные изделия отварные /спагетти/постные	225,7	6,63	6,01	36,72	150	7,77
16	Рис припущенный м.р	215,72	3,68	8,92	37,28	150	8,54
17	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
18	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
19	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
20	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200	6,37
21	Напиток тёплый из вишни (без сахара)					200	5,00
22	Чай без сахара	0,01				200	0,48
23	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
24	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	3,18
25	Вода питьевая "Fizzberry" 0,33л					1шт/330л	30,89
26	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
27	Сок яблочно-шиповниковый "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
28	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 200мл					1шт/200мл	27,09
29	Булочка "Фантазия" (Пекарский цех) 50 гр	202,47	3,69	5,75	33,33	50	11,71
30	Гребешок с маком (Пекарский цех) 50 гр	239,9	5,06	10,28	31,28	50	13,58
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	Бисквитное пирожное со вкусом малины HIPPO BO & friends 32гр					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 жележный "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	16	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 обогащенное 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>4 063,33</b>	<b>106,68</b>	<b>165,65</b>	<b>528,56</b>		<b>1 032,51</b>


Повар-бригадир

  
(подпись)


Экономист по ценам

  
(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Технолог

  
(подпись) Фоменко С.В.





И.Н. *Масал*

Директор



## МЕНЮ

на 9 Ноября 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	Джем URPO 20 гр					1шт/20гр	9,28
5	Салат "Калейдоскоп" (перец сл., огурцы св., томаты, кукуруза конс., масло раст.)	116,38	1,16	10,38	4,19	100	29,82
6	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	76,35	0,05	8,34	0,27	100	13,27
7	Суп-пюре из гороха с гренками пф	184,03	9,46	1,74	33,31	250/15	13,48
8	Запеканка из творога со сгущенным молоком*	270,36	17,02	11,75	27,1	130/20	57,38
9	Минтай, запеченный с сыром	162,25	17,12	8,8	3,48	80	49,23
10	Люля-кебаб из куриного филе (хл.рябин) п/ф	164,64	12,43	9,31	14,88	90	39,54
11	Жаркое "По-домашнему" со свининой ов.п/ф	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
12	Пельмени отварные "По-русски" с маслом					150/5	99,88
13	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
14	Макаронные изделия отварные безглютеновые	226,21	0,26	5,75	43,35	150	19,86
15	Рис припущенный м.р	215,72	3,68	8,92	37,28	150	8,54
16	Компот из сухофруктов (без сахара)	46,4	1,04	0,06	10,2	200	4,06
17	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200/10	6,51
18	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
19	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
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 яблочно-персиковый "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	Рогалик слоеный с повидлом (Пекарский цех)	295,07	4,73	14,26	36,48	70	8,75
30	Фрукт груша свежая					185	50,51
31	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
32	Батончик "Вита-лад" мюсли 40 гр	150	2,5	4,5	26	1 шт/40 гр	19,50
33	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
34	Кекс для детского питания с начинкой 33г	142,52	1,83	7,33	17,32	1шт/33гр	11,81
35	Мармелад желеыйный "Лакомства для здоровья" 7 гр					1шт/7гр	13,55
36	Маффин "Классический"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1 шт/40 г	19,76
37	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	1шт/40гр	22,36
38	Палочки кукурузные яблоко-клубника "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
39	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
40	Печенье Бегемотик Бонди 180гр					1шт/180гр	79,23
41	Печенье овсяное обогащенное витаминами мультислаковое "Фруто Няня" 50гр					1шт/50гр	54,40
42	Фруктовая лента KIDS 15 гр "Правильные сладости"					1шт/15гр	23,35
43	Фруктовые кусочки "Фруто Няня" 15гр					1шт/15гр	59,35
44	Шоколад молочный KINDER КАНТРИ 23,5гр					1шт/23,5гр	59,20



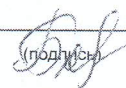
47	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	31,07	0,9	0,22	5,92	13	1,35
48	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
49	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
50	Хлеб "Темный" без глютена					15	9,37
		<b>4 156,3</b>	<b>127,14</b>	<b>150,89</b>	<b>572,81</b>		<b>1 281,51</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Технолог



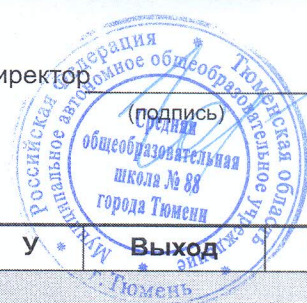
Фоменко С.В.

(подпись)





Центральный  
И.Н. *Масал*



## МЕНЮ

на 10 Ноября 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 со вкусом апельсина (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	14,02
3	Винегрет овощной п/ф	115,31	1,23	9,15	6,83	90	14,81
4	Нарезка из свежих помидоров и перца с маслом	112	1,04	10,15	3,7	65/25/10	30,03
5	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	70,61	2,28	4,68	4,62	70	12,76
6	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	107,92	4,97	3,64	15,09	200/10/5	31,52
7	Омлет натуральный, запеченный с сыром	255,59	19,06	18,75	2,63	150	55,95
8	Минтай запеченный	108,74	13,01	4,95	2,89	70	36,37
9	Мак-н-чиз с филе индейки (макаронны, филе инд., молоко, сыр, масло.сл. мука)	349,41	19,62	12,57	38,95	200	57,97
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	225,57	24,08	10,25	7,61	75	58,11
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 ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л					1шт/200мл	37,05
26	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
27	Пюре фруктовое "Фруто няня" 90 гр	55,8			13,95	1шт/90гр	52,17
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	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 "Вита-лад" мюсли 40 гр	150	2,5	4,5	26	1 шт/40 гр	19,50
35	Батончик фруктовый со злаками "Фрутилад KIDS" 25гр					1шт/25гр	50,28
36	Мармелад жележный "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	Палочки кукурузные яблоко-банан "Фруто Няня" 20гр					1шт/20гр	59,60
40	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
41	Печенье Бегемотик Бонди 180гр					1шт/180гр	79,23
42	Печенье овсяное обогащенное витаминами мультислаковое "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	9,38
		<b>4 364,6</b>	<b>152,44</b>	<b>164,35</b>	<b>559,74</b>		<b>1 294,13</b>

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)





## МЕНЮ

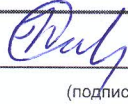
на 11 Ноября 2 022 г. Доп.Меню доп

№ 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)	114,04	5,39	5,12	11,57	23/15	15,03
3	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом, зеленью	107,83	0,94	10,15	2,9	50/50/10/1	21,85
4	Салат в стиле греческий с маслом (лук п/ф)	96,02	0,71	9,08	2,71	80	25,60
5	Салат из свеклы с маслом растительным ов.п/ф	71,91	1,28	4,08	7,53	80	9,63
6	Уха "Рыбацкая "(минтай) с зеленью п/ф	108,32	6,15	4,54	10,65	200/25/1	21,97
7	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) Диета безмолочная	167,56	4,7	1,42	33,8	200	7,62
8	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	231,16	8,06	4,42	39,44	200/5	23,16
9	Минтай запеченный	102,94	12,83	6	6,42	65	34,60
10	Филе куриное, запеченное с сыром и помидорами	167,99	13,11	12,34	4,89	70	53,32
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	Сочные биточки По-домашнему (фарш мясной)	222,28	11,2	15,36	15,73	75	42,14
14	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
15	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
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	Напиток из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
19	Напиток тёплый из кураги (без сахара)	46,4	1,04	0,06	10,2	200	8,32
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	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	38,35
32	Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр	316,32	7,35	15,97	34,9	60	17,59
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	Мармелад жевательный с витаминами "BabyFох" 30гр					1шт/30гр	9,28
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 Бисмекс Бонди 180гр					1шт/180гр	70,22



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>3 815,99</b>	<b>117,43</b>	<b>148,77</b>	<b>517,87</b>		<b>1 334,13</b>

Повар-бригадир



(подпись)

Экономист по ценам



(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Технолог



(подпись)

Фоменко С.В.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575835

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 04.03.2022 по 04.03.2023