

МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,54
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	227,17	5,64	3,24	42,92	200/5	18,40
3	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,42
4	Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,74
		493,64	15,59	11,91	80,72		74,10
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	110,48	5,09	4,25	15,57	250/10/10	34,00
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	174,17	9,25	12,15	6,73	90/5	47,54
4	Макаронные изделия отварные*	194,21	5,94	0,63	40,84	160	10,42
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	44,48	1,41	0,23	9,18	18	1,51
		666,94	24,18	17,83	101,27		115,50
		1 160,58	39,77	29,74	181,99	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	10,20
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	Фрукт апельсин свежий					250	35,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
		323,77	8,87	6,78	66,96		80,98
Обед							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	100,51	1,12	6,38	9,16	80	17,60
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	94,09	3,81	4,84	8,6	200	24,86
3	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
4	Гречетто (крупа греч., масло слив., лук, чеснок, сливки, сыр) п/ф	165,1	6,42	7,03	19,04	150	19,54
5	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	35,8	1,18	0,2	7,34	18	1,51
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		715,7	28,55	37,26	64,96		108,62
		1 039,47	37,42	44,04	121,92	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

Е.И.И.
 (подпись)

Экономист по ценам

Е.Н.Б.
 (подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

А.
 (подпись)

Технолог

С.В.Ф.
 (подпись)

Фоменко С.В.



Центральный
И.Н. *Масал*



МЕНЮ

на 9 - 10 Ноября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед Тюмень

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена
Среда						
Завтрак						
1	Бутерброд с джемом, маслом сливочным (батон нарезной)*	114,77	1,87	0,69	25,84	23/20/10 21,24
2	Запеканка из творога со сгущенным молоком*	270,36	17,02	11,75	27,1	130/20 57,38
3	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200 5,09
		440,14	18,97	12,51	66,31	83,71
Обед						
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	61,08	0,04	6,67	0,22	80 10,62
2	Суп-пюре из гороха с гренками пф	184,03	9,46	1,74	33,31	250/15 13,48
3	Минтай, запеченный с сыром	162,25	17,12	8,8	3,48	80 49,23
4	Рис припущенный	168,53	3,68	3,68	37,28	150 12,18
5	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200/10 6,51
6	Фрукт яблоко свежее					100 10,40
7	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	32,74	0,95	0,23	6,23	14 1,42
8	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20 2,05
		757,83	34,18	21,7	112,59	105,89
		1 197,97	53,15	34,21	178,9	Итого за день 189,60
Четверг						
Завтрак						
1	Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м 14,02
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	255,59	19,06	18,75	2,63	150 55,95
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10 8,02
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19 1,61
		449,96	22,76	19,93	41,58	79,60
Обед						
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	70,61	2,28	4,68	4,62	70 12,76
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	107,92	4,97	3,64	15,09	200/10/5 31,52
3	Печень "По-строгановски"	132,06	12,75	6,35	7,86	40/40 36,26
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150 20,21
5	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200/12 6,76
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	24,38	0,8	0,13	5	12 1,03
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17 1,46
		547,12	25,52	16,13	77,53	110,00
		997,08	48,28	36,06	119,11	Итого за день 189,60

Повар-бригадир

С.В.
(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

д
(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

С.В.
(подпись)

МЕНЮ

на 11 - 12 Ноября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	114,01	5,39	5,11	11,57	23/15	15,02
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	231,16	8,06	4,42	39,44	200/5	23,16
3	Чай с лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/7л	3,54
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	38,35
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		613,56	22,76	19,75	83,99		81,68
Обед							
1	Салат из свеклы с маслом растительным ов.п/ф	71,91	1,28	4,08	7,53	80	9,63
2	Уха "Рыбацкая" (минтай) с зеленью п/ф	108,32	6,15	4,54	10,65	200/25/1	21,97
3	Филе куриное, запеченное с сыром и помидорами	167,99	13,11	12,34	4,89	70	53,32
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Кисель из клубники	96,37	0,17	0,08	23,51	200/15	9,62
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	63,63	2,02	0,33	13,13	25	2,16
		711,59	28,83	27,77	90		107,92
		1 325,15	51,59	47,52	173,99	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом, маслом сливочным (батон нарезной)*	114,77	1,87	0,69	25,84	23/20/10	21,24
2	Сырники из творога п/ф со сгущенным молоком	287,26	20,57	8,46	32,67	100/20	58,70
3	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
		454,74	22,48	9,19	71,47		83,87
Обед							
1	Салат из свежей капусты с перцем сладким	62,77	1,09	3,56	6,44	70	8,15
2	Суп картофельный с горохом, с говядиной, гренками* п/ф	154,06	7,72	1,97	26,85	200/5/10	20,18
3	Шницель натур. рубленный из горбуши с маслом п/ф	56,51	1,2	5,56	5,15	50/5	41,93
4	Рис припущенный	168,53	3,68	3,68	37,28	150	12,18
5	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
6	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,08	1,59	0,26	10,33	20	1,69
		626,15	16,99	15,34	116,98		105,73
		1 080,89	39,47	24,53	188,45	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Богомолова Е.Н.

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