

МЕНЮ

на 30 Ноября - 1 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон нар.в/с)*	95,87	4,18	3,64	11,55	235/5м/10с	16,51
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,66	6,68	8,02	29,04	200/5	24,63
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
		454,33	11,94	12,34	70,03		59,56
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Уха по-ростовски с зеленью (овощи п/ф)	92,82	1,77	3,81	12,7	200/40/0,5 з	57,38
3	Паста с соусом корбанара (филе кур) п.ф.	348,99	13,96	18,38	32,14	200	43,63
4	Напиток "Тюменский туюсок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	31,3	1,03	0,17	6,42	16	1,32
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		582,35	18,85	22,75	75,15		130,04
		1 036,68	30,79	35,09	145,18	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Омлет запеченный натуральный	216,11	13,68	16,81	2,53	130	38,51
3	Какао молочно-шоколадный	93	2,8	2,5	14,68	200/10	14,44
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38,55	1,27	0,21	7,9	19	1,63
5	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	16,24
		511,33	20,42	27,66	44,27		83,13
Обед							
1	Салат "Степной" (картофель, морковь, огурцы сол., горошек зел. лук репч., маслом) ов.п/ф	91,22	1,1	7,13	5,52	70	12,17
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	184,48	6,56	6,11	25,75	200/10/10	31,71
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	205,27	9,53	15,51	11,45	60/5	40,43
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток из брусники и клубники	58,88	0,19	0,11	13,94	200/12	10,07
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	24,14	0,8	0,13	4,95	12	1,02
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		772,2	24,39	35,4	92,95		106,47
		1 283,53	44,81	63,06	137,22	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

МЕНЮ

на 2 - 3 Декабря 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	235/20 дж	10,20
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	150,64	4,27	6,63	18,34	200/5	18,00
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
		436,91	11,93	12,34	70,75		62,42
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	53,44	0,03	5,84	0,19	70	9,29
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью п/ф	122,51	2,51	4,78	18,59	250/5/1	21,29
3	Люля-кебаб из куриного филе с маслом слив.(лук п/ф)	156,87	12	11,91	6,37	75/5	44,83
4	Рагу овощное (овощи п/ф) м.р.*	180,56	3,02	10,42	18,3	150	17,61
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,77
6	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,91
7	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	55,09	1,75	0,28	11,37	22	1,87
		748,09	21,53	33,9	93,78		127,18
		1 185	33,46	46,24	164,53	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	Запеканка из творога со сгущенным молоком*	289,77	16,46	14,36	26,54	125/20	55,73
3	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
		459,55	18,41	15,12	65,75		82,06
Обед							
1	Салат из свежей капусты с перцем сладким с маслом	71,74	1,24	4,07	7,35	80	9,31
2	Суп-пюре из гороха с гренками пф	190,62	8,87	4,54	29,27	250/10	12,95
3	Минтай, запеченный с сыром	171,59	18,7	9,01	3,75	90	53,20
4	Рис припущенный	203,23	3,73	7,48	37,35	150	12,53
5	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200	6,51
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
7	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	28,17	0,93	0,15	5,77	14	1,19
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		853,19	36,53	25,95	124,86		107,54
		1 312,74	54,94	41,07	190,61	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

Средняя общеобразовательная школа № 88 города Тюмени
 (подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.
 (подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник

Средняя общеобразовательная школа № 88 города Тюмени
 (подпись)

Технолог

Средняя общеобразовательная школа № 88 города Тюмени
 (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