

МЕНЮ

на 5 - 6 Декабря 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)	136,96	6,81	6,63	12,34	23/20/20	23,80
2	Каша молочная ячневая с маслом	212,81	6,21	6,67	31,44	200/5	17,25
3	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,42
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
		516,77	18,62	18,3	69,46		82,22
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	135,51	5	7,12	14,09	250/10/5	32,66
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	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	57,83	1,84	0,3	11,93	23	1,96
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,79
		765,38	24,63	27,93	106,15		107,38
		1 282,15	43,25	46,23	175,61	Итого за день	189,60
Вторник							
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	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	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,91
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	27,69	0,91	0,15	5,68	14	1,16
		446,15	10,8	17,62	58,95		60,85
Обед							
1	Винегрет овощной п/ф	76,87	0,82	6,1	4,56	60	9,88
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	183,71	4,86	13,31	10,89	250	31,74
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	192,05	15,74	13,11	8,95	90	68,09
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		746,84	28,88	39,14	75,51		128,75
		1 192,99	39,68	56,76	134,46	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

Иванов
 (подпись)

Экономист по ценам

Богомолова
 (подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

Иванов
 (подпись)

Технолог

Иванов
 (подпись)

Фоменко С.В.



Администрация Комбинат школьного питания

Центральный
И.Н. *Маслов*

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	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*	298,72	17,06	14,87	27,16	130/20	57,67
3	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
		468,5	19,01	15,63	66,37		84,00
Обед							
1	Салат из свежей капусты с яблоком, зеленью	67,05	1,03	3,61	7,37	70	6,95
2	Суп-пюре из гороха с гречками пф	190,62	8,87	4,54	29,27	250/10	12,95
3	Минтай, запеченный с сыром	152,52	16,62	8,01	3,33	80	47,29
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	200/10	6,51
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	44,6	1,42	0,23	9,2	18	1,51
8	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	16,25
		832,02	35,02	24,36	124,54		105,60
		1 300,52	54,03	39,99	190,91	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон йод. в/с)	63,25	1,77	0,62	12,37	23 6/10 м	14,50
2	Омлет запеченный натуральный	249,36	15,78	19,39	2,91	150	44,43
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	43,93	1,39	0,24	9,06	20	1,77
		500,34	20,02	20,93	53,78		79,12
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	157,17	5,47	7,34	18,54	250/10/5	35,63
3	Печень "По-строгановски"	115,55	11,15	5,55	6,88	35/35	31,73
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,02	3,28	4,91	22,09	150	20,57
5	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200/12	6,76
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	39,29	1,24	0,21	8,11	18	1,58
		629,48	24,91	22,91	83,18		110,48
		1 129,82	44,93	43,84	136,96	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

Вулиц
(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.
(подпись)

Мед. работник

А
(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.
(подпись)

МЕНЮ

на 9 - 10 Декабря 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)	95,88	4,18	3,64	11,55	23/10	10,99
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	264,21	8,11	8,04	39,51	200/5	23,50
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 "Баварский" ржано-пшеничный	28,62	0,84	0,41	4,97	12	1,70
		619,1	21,19	22,1	81,22		78,08
Обед							
1	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	51,77	0,44	5,06	1,16	60/5/0,5 з	10,45
2	Уха "Рыбацкая" (минтай) с зеленью п/ф	103,78	5,17	4,48	10,63	200/20/0,5 з	19,07
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 витаминизированный	95			23,5	200	14,80
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		673,75	26,31	28,97	79,68		111,52
		1 292,85	47,5	51,07	160,9	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Каша молочная манная с маком и клубничным вареньем	124,55	3,4	7,08	11,52	200/20	22,67
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
3	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	29,19
4	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	46,88	1,35	0,33	8,93	20	2,04
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,63
		513,11	64,46	17,71	65,17		80,00
Обед							
1	Зеленый горошек консервированный	12	0,93	0,06	1,95	30	6,28
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	143,53	5,14	7,87	15,64	250/10/10	34,33
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	208,86	9,35	15,79	7,13	90/5	47,57
4	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	41,83	1,21	0,3	7,96	18	1,82
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		762,63	24,29	28,92	99,52		109,60
		1 275,74	88,75	46,63	164,69	Итого за день	189,60


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