

### МЕНЮ

на 12 - 13 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр Гауда)	94,83	4,43	3,39	11,56	22/10/10	13,43
2	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
		<b>436,42</b>	<b>26,74</b>	<b>12,76</b>	<b>53,87</b>		<b>80,00</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы соленые	3,9	0,24	0,03	0,51	30	9,36
2	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной ов. п/ф	70,93	1,63	3,81	8,74	200/5	12,27
3	Запеканка картофельная с мясом п.ф.	352,86	15,83	18,62	33,83	190	78,87
4	Напиток витаминизированный		0,01		0,21	200	5,18
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	68,29	2,17	0,35	14,09	27	2,31
		<b>533,98</b>	<b>21,13</b>	<b>23,02</b>	<b>65,17</b>		<b>109,60</b>
		<b>970,4</b>	<b>47,87</b>	<b>35,78</b>	<b>119,04</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	10,20
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	293,27	5,74	10,49	43,05	200/10	23,44
3	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200	4,25
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		<b>574,8</b>	<b>11,74</b>	<b>13,95</b>	<b>101,01</b>		<b>62,24</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)*	93,79	1,08	6,12	8,17	80	15,76
2	Суп картофельный с макаронами, говядиной п.ф.	159,37	6,99	7,15	16,92	200/15	35,02
3	Шницель натурально рубленный из горбуши с маслом п/ф	100,86	1,49	10,3	6,25	60/5	49,77
4	Булгур с овощами (овощи п/ф)	161,79	5,81	0,63	35,71	150	14,19
5	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	37,3	1,23	0,21	7,65	19	1,58
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>692,15</b>	<b>18,42</b>	<b>24,73</b>	<b>106,68</b>		<b>127,36</b>
		<b>1 266,95</b>	<b>30,16</b>	<b>38,68</b>	<b>207,69</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>

Повар-бригадир

*Рез*  
 (подпись)

Экономист по ценам

*Богомолова Е.Н.*  
 (подпись)

Мед. работник

*д*  
 (подпись)

Технолог

*Фоменко С.В.*  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 14 - 15 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон нар.в/с)*	128,92	4,23	7,27	11,62	23/5/10	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
		<b>487,38</b>	<b>11,99</b>	<b>15,97</b>	<b>70,1</b>		<b>59,56</b>
<b>Обед</b>							
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 туесок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	31,4	1,04	0,17	6,44	16	1,33
6	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>582,45</b>	<b>18,86</b>	<b>22,75</b>	<b>75,17</b>		<b>130,04</b>
		<b>1 069,83</b>	<b>30,85</b>	<b>38,72</b>	<b>145,27</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	14,02
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	258,87	16,58	20,35	2,36	130	48,87
3	Какао-напиток молочный с витам.С	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		<b>570,64</b>	<b>23,62</b>	<b>31,85</b>	<b>46,59</b>		<b>89,91</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек консо., морковь., масло растит.) п/ф	85,07	1,12	6,14	6,27	60	8,20
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	177,46	5,96	5,59	25,81	200/8/10	28,75
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	205,27	9,53	15,51	11,55	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.	27,69	0,91	0,15	5,68	14	1,17
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>762,58</b>	<b>23,92</b>	<b>33,91</b>	<b>94,59</b>		<b>99,69</b>
		<b>1 333,22</b>	<b>47,54</b>	<b>65,76</b>	<b>141,18</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>

Повар-бригадир *(подпись)*

Экономист по ценам *(подпись)* Богомолова Е.Н.

Мед. работник *(подпись)*

Технолог *(подпись)* Фоменко С.В.

## МЕНЮ

на 16 - 17 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход *	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	10,20
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	198,79	5,32	6,78	28,99	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
		<b>485,06</b>	<b>12,98</b>	<b>12,49</b>	<b>81,4</b>		<b>62,42</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из квашеной капусты с луком зеленым	49,17		5,42	0,01	65	9,19
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью п/ф	130,32	2,64	5,52	20,12	250/10/0,5 з	22,75
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	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	24,38	0,8	0,13	5	12	1,03
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>885,11</b>	<b>26,28</b>	<b>37,7</b>	<b>111,11</b>		<b>127,18</b>
		<b>1 370,17</b>	<b>39,26</b>	<b>50,19</b>	<b>192,51</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом и джемом (батон в/с)	180,87	1,97	7,94	25,98	23/10/20	21,29
2	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
3	Соус сливочный	38,52	0,72	1,37	5,9	20	3,97
4	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
		<b>493,91</b>	<b>21,96</b>	<b>16,15</b>	<b>66,33</b>		<b>80,68</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из свежей капусты с морковью, зеленью	72,8	1,27	4,08	7,55	80	6,09
2	Суп-пюре из гороха с гренками пф	210,47	9,5	4,64	33,37	250/15	13,75
3	Горбуша запеченая с маслом	64,34	0,85	6,94	4,39	50/5	52,35
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.	43,01	1,37	0,22	8,88	17	1,46
8	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,62
		<b>764,05</b>	<b>19,99</b>	<b>23,83</b>	<b>128,81</b>		<b>108,92</b>
		<b>1 257,96</b>	<b>41,95</b>	<b>39,98</b>	<b>195,14</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>

Повар-бригадир

*Е.И.И.*  
 (подпись)

Мед. работник

*А.И.И.*  
 (подпись)

Экономист по ценам

*Е.И.И.* Богомолова Е.И.

Технолог

*С.В.И.* 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