

МЕНЮ

на 23 - 24 Января 2023 г. 1-Комплекс 246,1 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 пшеничная с маслом	269,92	7,52	10,29	36,46	200/10	22,33
3	Какао-напиток молочный с витам. С	93,1	3,52	2,95	12,98	200/8	14,78
4	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	19,37
		655,98	23,85	24,87	83,78		80,28
Обед							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	231,28	12,63	14,31	15,92	250/35/10	71,26
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	291,38	14,27	21,46	17,29	90/5	54,74
4	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	36,21	1,2	0,2	7,42	18	1,53
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		926,48	36,64	41,03	108,51		165,82
		1 582,46	60,49	65,9	192,29	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Блинчики с яблочной начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	31,78
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	231,84	5,37	10,4	29,06	200/10	22,70
3	Кофейный напиток со сливками	122,5	2,94	6,27	13,48	200/8	16,91
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	33,37	0,98	0,48	5,79	14	1,99
5	Фрукт апельсин свежий	91,2	1,92	2,16	24	240	34,32
		688,89	67,21	26,91	94,73		107,70
Обед							
1	Винегрет овощной с капустой квашеной п/ф	98,26	0,88	8,11	5,41	80	11,48
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 /овощи п/ф/	153,47	4,9	4,82	22,57	150	13,41
5	Напиток тёплый из смородины с яблоком	50,5	0,22	0,16	11,65	200/8	9,12
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	39,01	1,15	0,56	6,77	17	2,33
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	59,22	1,73	0,77	9,54	18	2,23
		776,22	29,48	40,84	75,78		138,40
		1 465,11	96,69	67,75	170,51	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.



МЕНЮ

на 25 - 26 Января 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом, маслом сливочным (батон нарезной)*	177,79	1,88	7,9	25,39	22/20/10	21,09
2	Запеканка из творога со сгущенным молоком*	382,67	21,02	17,04	40,2	150/20	65,42
3	Чай яблочно-клубничный	38,76	0,08	0,06	9,34	200/8	3,79
4	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,99
		677,22	25,98	27,5	85,93		102,29
Обед							
1	Салат из свежей капусты с морковью с маслом п/ф	72,46	1,24	4,07	7,51	80	6,09
2	Суп-пюре из гороха с гренками пф	190,62	8,87	4,54	29,27	250/10	12,95
3	Горбуша запеченая с маслом	89,37	1,5	9,59	7,85	90/5	90,46
4	Рис припущенный	203,23	3,73	7,48	37,35	150	12,53
5	Компот из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
6	Фрукт яблоко свежее	42,3	0,36	0,36	8,82	90	9,36
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
8	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
		747,58	19,03	26,71	122,42		143,81
		1 424,8	45,01	54,21	208,35	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	14,02
2	Омлет запеченный натуральный	249,36	15,78	19,39	2,91	150	44,43
3	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
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
		548,83	19,98	28,22	49,8		78,25
Обед							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	80,69	2,61	5,35	5,28	80	14,58
2	Суп картофельный с рисом. и говядиной п.ф.	167,1	6,66	7,87	17,48	250/15	37,54
3	Бефстроганов из говядины (лук п/ф)	290,45	16,02	22,73	11,32	50/50	83,29
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,02	3,28	4,91	22,09	150	20,57
5	Напиток из клубники	42,25	0,2	0,1	9,86	200/8	7,51
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	71,23	2,08	0,93	11,47	22	2,67
		837,74	32,17	42,11	85,7		167,85
		1 386,57	52,15	70,33	135,5	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

утверждаю:
 Администрация Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Масал*

Согласовано:
 Директор
 (подпись)
 г. Тюмень

МЕНЮ

на 27 Января 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	19,06
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,66	6,68	8,02	29,04	200/5	24,63
3	Чай с лимоном	34,39	0,06	0,01	8,2	200/8	3,09
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	1 шт/100 г	38,35
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
		581,22	21,99	24,73	65,92		85,98
Обед							
1	Салат из свеклы с маслом растительным ов.п/ф	67,42	1,2	3,83	7,06	75	9,03
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/ (овощи п/ф)	78,18	1,56	2,61	12,05	200/40	53,60
3	Филе куриное, запеченное с сыром и помидорами	215,99	16,86	15,86	6,29	90	68,56
4	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	153,47	4,9	4,82	22,57	150	13,41
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200	12,77
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	26,2	0,86	0,14	5,37	13	1,11
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	36,36	1,19	0,23	8,1	18	1,64
		674,59	26,78	27,57	84,91		160,12
		1 255,81	48,77	52,3	150,83	Итого за день	246,10

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____
 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