

### МЕНЮ

на 30 - 31 Января 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,53
2	Сырники из творога п/ф	332,71	28,84	10,2	32,23	150	77,23
3	Соус вишнёвый	24,65	0,02	0,06	5,97	25	3,34
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	32	1,06	0,18	6,56	16	1,36
		<b>578,33</b>	<b>37,26</b>	<b>16,63</b>	<b>70,46</b>		<b>107,70</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной отварной, со сметаной и зеленью (овощи п/ф)	129,99	5,15	7,91	12,2	250/10/10/0,5 з	31,57
3	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	297,92	14,73	16,62	22,53	40/150	76,09
4	Напиток витаминизированный		0,01		0,21	200	5,18
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	30,77	1,02	0,17	6,31	15	1,30
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>557,32</b>	<b>23,23</b>	<b>25,4</b>	<b>61,41</b>		<b>138,40</b>
		<b>1 135,65</b>	<b>60,49</b>	<b>42,03</b>	<b>131,87</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</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 пшеничная молочная (жидкая) с маслом	247,27	7,47	7,47	37,4	200/5	17,92
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	19,38
4	Чай яблочно-клубничный	38,76	0,08	0,06	9,34	200/8	3,79
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		<b>594,8</b>	<b>16,67</b>	<b>13,43</b>	<b>102,37</b>		<b>52,89</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.	203,6	9,11	9,26	21,17	250/20	45,62
3	Минтай, запеченный с сыром	202,81	21,4	11	4,34	100	61,53
4	Рис припущенный	203,23	3,73	7,48	37,35	150	12,53
5	Напиток тёплый из изюма	88,2	0,46	0,1	21,14	200/8	9,36
6	Фрукт груша свежая	69,3	0,66	5,84	18,15	165	45,05
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	39,1	1,29	0,22	8,02	20	1,65
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,71
		<b>950,43</b>	<b>39,33</b>	<b>40,28</b>	<b>128,74</b>		<b>193,21</b>
		<b>1 545,23</b>	<b>56</b>	<b>53,71</b>	<b>231,11</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир *Вест*  
 (подпись)  
 Мед. работник *d*  
 (подпись)

Экономист по ценам *Богомолова Е.Н.*  
 (подпись)  
 Технолог *Софья* Фоменко С.В.  
 (подпись)



### МЕНЮ

на 1 - 2 Февраля 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак/обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У.г.Тюменск	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1.	Бутерброд с маслом и сыром (батон в/с)*	161,98	4,28	10,89	11,69	23/10/10	22,03
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	227,88	6,7	9,47	29,07	200/7	26,51
3	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
4	Фрукт апельсин свежий	91,2	1,92	2,16	24	240	34,32
		<b>569,86</b>	<b>13,58</b>	<b>22,8</b>	<b>82,4</b>		<b>90,65</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощные палочки (огурцы, перец сл.)	14,8	0,8	0,08	2,72	40/40	26,96
2	Уха по-ростовски с зеленью (овощи п/ф)	93,03	1,79	3,82	12,73	200/50/1	67,68
3	Паста с соусом карбонара (филе кур) п.ф.	348,99	13,96	18,38	32,14	200	43,63
4	Напиток "Северянка"	40,6	0,14	0,07	9,47	200/8	13,95
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	47,75	1,52	0,25	9,85	19	1,62
		<b>583,17</b>	<b>19,46</b>	<b>22,81</b>	<b>74,7</b>		<b>155,45</b>
		<b>1 153,03</b>	<b>33,04</b>	<b>45,61</b>	<b>157,1</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) С	125,67	1,87	7,94	11,66	23 6/10 м	12,31
2	Омлет запеченный натуральный	249,36	15,78	18,39	2,91	150	44,43
3	Какао-напиток молочный с витам. С с зефирками	120,3	3,92	2,95	19,38	200/8/8	37,15
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	31,72	1,05	0,17	6,5	16	1,34
		<b>574,05</b>	<b>23,02</b>	<b>30,85</b>	<b>50,25</b>		<b>105,63</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь., масло растит.) п/ф	113,42	1,49	8,19	8,36	80	10,93
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	245,11	10,07	9,5	29,91	250/20/10	50,22
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	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	153,47	4,9	4,82	22,57	150	13,41
5	Напиток тёплый из клубники	42,25	0,2	0,1	9,86	200/8	7,51
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
		<b>934,83</b>	<b>33,81</b>	<b>44,78</b>	<b>105,12</b>		<b>140,47</b>
		<b>1 508,88</b>	<b>56,83</b>	<b>75,63</b>	<b>155,37</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир

*Pauls*  
(подпись)

Экономист по ценам

*Богомолова Е.Н.*  
(подпись)

Мед. работник

*d*  
(подпись)

Технолог

*Фоманко С.В.*  
(подпись)



Утверждаю:  
 Администрация Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 И.Н. *Marsal*



### МЕНЮ

на 3 Февраля 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с вареной сгущенкой	209,98	56	7,6	22,4	1шт/80	28,92
2	Каша молочная рисовая с маком и клубничным вареньем	306,77	5,74	11,23	45,31	200/20	32,52
3	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
4	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	17,50
		<b>708,25</b>	<b>70,73</b>	<b>26,35</b>	<b>89,69</b>		<b>90,18</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из свежей капусты с перцем сладким, зеленью	54,02	0,95	3,06	5,54	60/0,5 з	7,20
2	Суп картофельный с рисом. и говядиной п.ф.	161,76	7,72	8,36	14,04	200/20	41,84
3	Котлета "Лакомка" /филе куриное/ с маслом /лук п/ф/	213,98	14,39	17,16	7,63	90/5	53,49
4	Рагу овощное (овощи п/ф)*	140,67	2,91	5,54	19,62	150	21,15
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200	12,77
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	16,97
7	Хлеб "Абсолюттик" ржано-пшеничный	24,82	0,72	0,18	4,72	10	1,08
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	31,3	1,02	0,2	6,97	15	1,42
		<b>765,82</b>	<b>28,64</b>	<b>34,94</b>	<b>89,28</b>		<b>155,92</b>
		<b>1 474,07</b>	<b>99,37</b>	<b>61,29</b>	<b>178,97</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир *Waly*  
 (подпись)

Мед. работник *L*  
 (подпись)

Экономист по ценам *Boгомoлoвa E.H.*  
 Богомолова Е.Н.

Технолог *Фoмeнкo C.B.*  
 (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