

### МЕНЮ

на 25 - 26 Сентября 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	Тост с сыром и свежими овощами (тост.хл.огур.сыр Сулугуни)	99,97	4,93	3,56	9,27	17/10/15	18,43
2	Запеканка из творога*	282,2	21,12	15,38	20,04	150	60,04
3	Молоко сгущенное с сахаром	64,2	1,36	1,7	11,2	20	6,85
4	Кофейный напиток с молоком	90,42	3,09	2,52	13,68	200/8	11,79
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,46
		<b>560,29</b>	<b>31,19</b>	<b>23,5</b>	<b>58,27</b>		<b>98,57</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,55
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью п/ф	165,47	8,13	10,48	9,42	250/20/10/1	45,55
3	Жаркое "По-домашнему" со свининой ов.п/ф	305,73	14,63	17,54	21,54	50/150	53,64
4	Напиток тёплый из свежих яблок с клубникой	52,82	0,23	0,18	12,22	200/8	9,47
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	43,03	1,26	0,62	7,47	18	2,69
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,58
		<b>693,85</b>	<b>27,29</b>	<b>30,2</b>	<b>73,33</b>		<b>147,53</b>
		<b>1 254,14</b>	<b>58,48</b>	<b>53,7</b>	<b>131,6</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	9,34
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	278,36	6,48	10,37	39,6	200/10	24,14
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	20,32
4	Чай яблочно-вишневый	31,25	0,08	0,05	7,5	200/8	3,58
5	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	34,48
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		<b>810,38</b>	<b>18,68</b>	<b>17,32</b>	<b>144,73</b>		<b>93,46</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат в стиле Греческий сыром адыгейским	64,97	2,6	5,04	2,21	80	28,86
2	Суп картофельный с макаронами и говядиной ов.п/ф	168,65	7,81	9,11	13,81	250/20	41,63
3	Минтай, запеченный с сыром	142,98	20,71	4,73	4,2	100	61,46
4	Рис припущенный	216,2	3,74	5,06	38,94	150	13,49
5	Напиток из сухофруктов	69,04	0,83	0,05	16,14	200	3,01
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	73,83	2,34	0,38	15,24	29	2,58
		<b>773,67</b>	<b>39,28</b>	<b>24,58</b>	<b>98,33</b>		<b>152,64</b>
		<b>1 584,05</b>	<b>57,96</b>	<b>41,9</b>	<b>243,06</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир

*Иванов*  
 (подпись)

Экономист по ценам

*Богомолова Е.Н.*  
 (подпись)

Мед. работник

*Иванов*  
 (подпись)

Экономист по ценам

*Грицок О.М.*  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 27 - 28 Сентября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон в/с) Сырбогатов	162,16	4,19	10,89	11,66	23/10/10	20,13
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоком) с маслом	265,41	8,23	8,04	39,63	200/5	24,49
3	Напиток тёплый из кураги	69,04	0,83	0,05	16,14	200/8	5,44
4	Фрукт груша свежая	75,2	0,64	0,48	16,48	160	42,64
		<b>571,81</b>	<b>13,89</b>	<b>19,46</b>	<b>83,91</b>		<b>92,70</b>
<b>Обед</b>							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Уха по-ростовски с зеленью (минтай ов. п/ф)	136,25	11,32	4,35	12,74	200/50/1	47,71
3	Макароны в сливочном соусе с курицей п/ф	141,64	10,01	9,91	3,21	50/150	54,76
4	Напиток тёплый бруснично-смородиновый	43,17	0,21	0,11	9,92	200/8	13,19
5	Батон нарезной йодированный	135,3	3,79	1,33	26,47	49	5,76
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>530,56</b>	<b>27,53</b>	<b>16,68</b>	<b>67,09</b>		<b>153,40</b>
		<b>1 102,37</b>	<b>41,42</b>	<b>36,14</b>	<b>151</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</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	13,42
2	Омлет запеченный натуральный	258,03	16,86	19,77	3,13	160	46,02
3	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
4	Фрукт яблоко свежее	61,1	0,52	0,52	12,74	130	14,37
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	41,12	1,19	0,29	7,83	17	1,79
		<b>567,97</b>	<b>24,06</b>	<b>31,47</b>	<b>45,45</b>		<b>90,80</b>
<b>Обед</b>							
1	Помидоры свежие с маслом растительным, зеленью	62,6	0,85	5,11	2,96	75/5/1	27,16
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	245,16	10,07	9,5	29,75	250/20/10	49,01
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	241,52	13,87	16	14,99	90/5	52,87
4	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	153,52	4,9	4,82	22,57	150	11,70
5	Напиток из брусники и клубники	42,8	0,19	0,11	9,95	200/8	10,95
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	40,04	1,16	0,28	7,62	17	1,74
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	43,72	1,39	0,2	9,14	20	1,87
		<b>829,36</b>	<b>32,43</b>	<b>36,02</b>	<b>96,98</b>		<b>155,30</b>
		<b>1 397,33</b>	<b>56,49</b>	<b>67,49</b>	<b>142,43</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир

*Иванов*  
 (подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

*Богомолова*  
 (подпись)

Мед. работник

*Иванов*  
 (подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

*Грицюк*  
 (подпись)



утверждаю:  
 И.Н. Марал  
 Центральный



### МЕНЮ

на 29 Сентября 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 яблочной начинкой и бананом	205,68	3,44	5,66	35,38	1/80гр	34,37
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	243,8	6,38	11,01	29,56	200/10	25,49
3	Кофейный напиток с молоком (цикорий)	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	18,30
		<b>638,22</b>	<b>18,88</b>	<b>24,17</b>	<b>86,13</b>		<b>91,72</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из свежей капусты с перцем сладким, зеленью	71,5	1,27	4,04	7,46	80/1	10,60
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	177,68	8,12	9,86	13,96	200/20/10	47,45
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	145,91	11,41	7,54	12,05	90/5	47,13
4	Овощное рагу п/ф	140,74	2,91	5,54	19,62	150	21,02
5	Кисель из смородины	68,89	0,21	0,08	16,48	200/8	13,00
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	71,69	2,28	0,37	14,79	28	2,52
		<b>761,41</b>	<b>27,85</b>	<b>28,04</b>	<b>101,95</b>		<b>154,38</b>
		<b>1 399,63</b>	<b>46,73</b>	<b>52,21</b>	<b>188,08</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир Оуец  
 (подпись)

Экономист по ценам Богомолова Е.Н.  
 (подпись)

Мед. работник А  
 (подпись)

Экономист по ценам Грицюк О.М.  
 (подпись)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 504707717602515670935380417862998762092077159026

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 03.03.2023 по 02.03.2024