



**МЕНЮ**

на 11 - 12 Март 2 024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
3	Каша молочная ячневая с маслом	211,73	6,83	7,22	29,66	200/5	19,50
4	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
5	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Батон нарезной в/с	82,85	2,46	0,96	16,03	32	3,41
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		621,65	18,32	24,16	80,17		70,69
<b>Обед</b>							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	57,64	1,38	4,07	3,31	80	11,38
2	Уха по-ростовски с зеленью (горбуша овощи п/ф)	208,06	15,34	9,14	15,91	250/50/1	59,00
3	Печень "По-строгановски"	143,56	13,56	6,55	7,33	50/50	38,83
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	149,06	3,58	1,95	29,21	160	18,88
5	Сок яблоко абрикос с мякотью для детей "Мой" 1 л	96			24	200	22,01
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	69,41	2,2	0,36	14,32	28	2,43
8	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	20,80
		827,73	38,34	22,93	111,68		175,41
		1 449,38	56,66	47,09	191,85	Итого за день	246,10
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Джем "Махеев" клубничный	40,8			10,05	15	7,03
2	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	405,15	22,48	18,76	41,8	150	65,53
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Йогурт печеное яблоко питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Московский" ржаной	18,7	0,73	0,13	3,64	10	0,87
		614,55	26,47	21,82	83,3		108,17
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	169,85	8,6	8,58	14,44	250/30	42,78
3	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,44	8,1	2,7	17,13	90	41,70
4	Рис припущенный с овощами п/ф	166,08	2,93	4,2	29,07	120	11,81
5	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
6	Печенье "Шакер-Чурек" 50гр	260	3	13,5	32,5	1шт/50гр	17,55
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
8	Хлеб "Московский" ржаной	33,92	1,32	0,24	6,6	18	1,58
		870,23	26,52	29,85	126,67		137,93
		1 484,78	52,99	51,67	209,97	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

*Руд*  
 (подпись)

Мед. работник

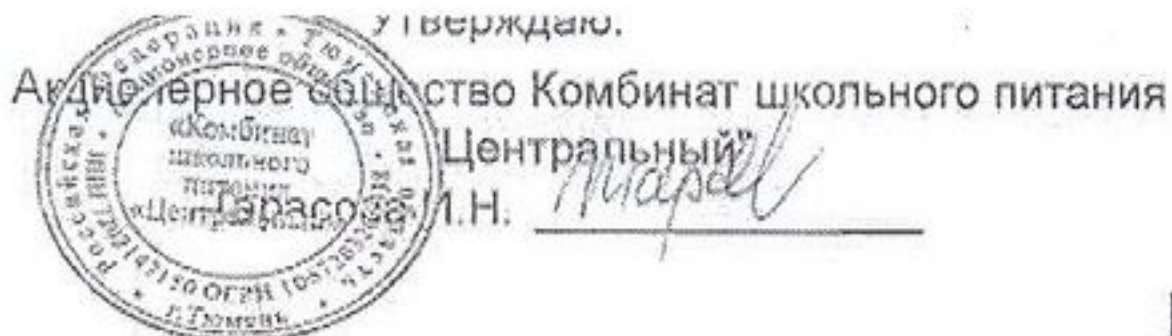
*α*  
 (подпись)

Старший  
 калькулятор

*Богомолова*  
 Богомолова Е.Н.

Старший  
 калькулятор

*Грицюк*  
 Грицюк О.М.  
 (подпись)



Утверждаю.

Андрей Сергеевич Комбинат школьного питания

Центральный  
И.Н. *Маршал*

Согласовано:



Директор  
(подпись)

## МЕНЮ

на 13 - 14 Март 2 024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Перловая каша с тушеной говядиной и овощами	298,21	14,02	15,12	26,02	200	41,40
3	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
4	Кисломолочный напиток "Снежок" инд.уп.100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
5	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		628,4	23,28	28,23	69,51		80,63
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Суп гороховый с мясом и гренками п/ф	229,46	10,09	7,42	31,02	250/10/10	23,72
3	Чахохбили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	94,12	11,18	3,65	3,91	50/40	53,60
4	Макаронные изделия отварные (рожки трубоч)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
6	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
7	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	18,85
8	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	42,23	1,36	0,23	8,68	21	1,68
		842,28	31,98	19,05	134,58		165,47
		1 470,68	55,26	47,28	204,09	Итого за день	246,10
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
2	Какао напиток "Хрутка"	152,96	9,4	7,3	11,51	200	32,05
3	Блишечки с абрикосовой начинкой	225,74	3,22	6,75	39,23	1/80гр	30,49
4	Хлеб <i>ин.</i>	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
5	Фрукт	76,05	1,76	0,39	15,8	195	32,45
		538,22	17,2	17,91	76,84		105,45
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая тыква 10 гр. ТМ Зеленика	70,53	1,04	4,23	5,88	15	35,75
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	170,83	8,11	10,45	10,9	250/20/10	47,74
3	Гуляш из свинины п/ф	197,03	12,32	14,86	2,69	50/40	39,04
4	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
5	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	70,81	2,25	0,37	14,61	28	2,48
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,74
		786,36	31,67	35,31	83,16		140,65
		1 324,58	48,87	53,22	160	Итого за день	246,10

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП  
Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559358  
Владелец Головач Елена Владимировна  
Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024

Шеф-Повар

*Рш*  
(подпись)

Мед. работник

*А*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*Е.Н.*  
Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

*О.М.*  
Грицок О.М.