



Утверждаю:

школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н. *И.Н. Тарасова*

Директор



МЕНЮ

на 30 Сентября - 4 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход меню	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	90,59	6,49	4,19	6,74	19/14,5	19,17
3	001310	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	185,56	6,1	7,6	22,19	200/2/5	34,03
4	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
6	000130	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	36,18
			466,12	12,8	19,25	59,51		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
2	001523	Морковные палочки свежие 80гр	26,96	1,04	0,08	5,52	80	33,02
3	001987	Мясо тушеное с картофелем и овощами (свинина)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/200	49,06
4	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	72,37	4,47	0,91	11,57	33	4,45
			487,23	23,05	21,17	49,99		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
2	001333	Плов ароматный из булгура с мясом птицы	234,25	13,79	4,3	34,53	40/150	47,22
3	000322	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42	0,13	0,1	10,13	200	8,80
4	001729	Йогурт яблоко+тархун питьевой 80гр в инд.уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	000020	Хлеб ржаной "Московский"	32,63	1,27	0,23	6,35	17	1,52
7	000046	Батончик фруктовый натуральный "Финики-Кокос-Кунжут"	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,02
			611,13	22,31	17,29	90,88		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001508	Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	136,55	9,01	5,16	13,28	80	46,46
2	001321	Пюре картофельное	158,87	3,66	5,2	24,1	165	25,10
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	54,48	1,82	0,56	10,51	23	2,40
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,76
			491,71	19,32	13,36	72,5		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	45,53
2	001347	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,65	160	16,17
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	81	2,5	0,78	16,03	34	3,51
5	000047	Батончик фруктовый натуральный "Финики-Кокос"	128,4	1,77	6,33	15,45	1шт/30 гр	24,02
6	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,30
			610,42	21,69	25,32	69,87		107,70

Шеф-повар

И.Н. Тарасова
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

Грицюк О.М.

Начальник отдела

В.Ю. Степановичус
(подпись)

Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н. *Marsell*

Директор



МЕНЮ

на 30 Сентября - 4 Октября 2 024 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001078	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	413,02	14,3	38,45	45,98	190/5	82,17
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	001490	Молоко питьевое ванильное обоготенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
4	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	25,7	1,59	0,32	4,11	12	1,58
5	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,29
			582,33	20,8	42,53	69,65		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 01.10	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
3	001524	Чай с лимоном и сахаром	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,45
4	001751	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
5	000080	Фрукт банан свежий	211,2	3,3	1,1	46,2	220	48,57
6	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	38,38	2,37	0,48	6,14	17	2,36
			610,71	14,98	18,58	95,21		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	001342	Печень "По-строгановски"	154,74	15,97	6,39	8,1	60/40	51,20
3	001321	Пюре картофельное	139,61	3,22	4,57	21,18	145	22,06
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
5	001491	Молоко шоколадное обоготенное витаминами 80мл	64,72	2,32	2	9,36	1шт/80 мл	17,68
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
			500,14	24,87	16,65	62,67		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001658	Тефтелька мясная	204,59	10,76	12,16	13,03	90	38,24
2	001328	Полба припущенная	192,3	5,56	4,47	32,53	140	18,92
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	61,85	1,91	0,59	12,24	26	2,68
6	000136	Конфета жевательная	46,2	0,03	0,66	9,9	1шт/11гр	18,79
7	000119	Творог обоготенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
			640,84	23,01	20,09	92,28		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001355	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	82,38	2,54	0,79	16,31	34	3,57
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
			424,27	6,99	14,21	65,92		107,70

Шеф-повар

Marsell
(подпись)

Мед. работник

α
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицок О.М.
(подпись)

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.
(подпись)



утверждаю:

Г.И. Карасова И.Н. *Карасова*

Директор




МЕНЮ

на 30 Сентября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	10,5	0,9		1,8	30	12,83
3	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
4	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
5	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
6	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
7	Салат "Витаминный" из свежей капусты	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
8	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10	41,73
9	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
10	Мясо свинины тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	32,84
11	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40	40,95
12	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	391,23	13,65	36,39	43,98	180/5	73,39
14	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
15	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
16	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	185,4	6,1	7,6	22,15	200/2/5	34,03
17	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным диета 9	161,32	5,73	7,29	17,27	200/2/5	32,18
18	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
19	Макаронные изделия отварные (безглютеновый гречневый рожок) диета БГ Диета 9	213,73	3,43	4,16	41,34	150	71,70
20	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
21	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	10,49
22	Кукуруза бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	12,95
23	Полба припущенная	178,57	5,17	4,15	30,21	130	17,57
24	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
25	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
26	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
27	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
28	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
29	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
30	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
31	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
32	Молочный коктейль (шоколад)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
33	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
34	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
36	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
37	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	1шт	14,58

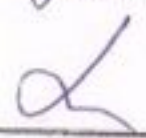
39	Сок яблочный 100% инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
40	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	28,15
41	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
42	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
43	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
44	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
45	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
46	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
47	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
48	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
49	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
50	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
51	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	38,87
52	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
53	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
54	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
55	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
56	Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"	84	0,42	3,15	13,58	1шт/70гр	36,18
		6 091,03	181,69	253,17	846,47		1 822,35

Шеф-повар



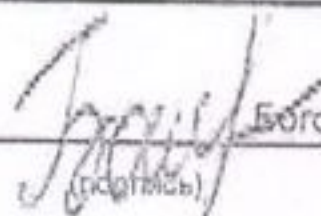
(подпись)

Мед. работник




(подпись)

Старший
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Начальник отдела



Степановичус В.Ю.



Комбинат пищевого питания "Центральный"
И.Н. *Марсели*

Директор



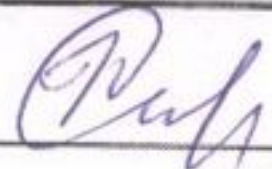
МЕНЮ

на 1 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню


№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное безлактозное порционнo	66,2	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	20,71
2	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
3	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	10,5	0,9		1,8	30	12,83
4	Морковные палочки свежие 80гр	26,96	1,04	0,08	5,52	80	33,02
5	Филе грудки куриное отварное	105,41	16,47	4,39		90	57,27
6	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
7	Огурцы свежие (порционнo)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
8	Помидоры свежие (порционнo)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
9	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	210,88	8,41	11,54	18,41	250/20/10/1	50,10
10	Суп картофельный с рисом, зеленью	116,88	2,2	4,02	18,09	250/1	19,75
11	Мясо тушеное с картофелем и овощами (свинина)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/200	49,06
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
14	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	43,26
15	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	93,25	9,96	4,19	3,74	45/45	43,12
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
17	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным диета 9	195,52	6,46	7,39	25,52	200/5	23,17
18	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 01.10	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
19	Каша на безлактозном молоке "Дружба" с маслом	236,68	6,41	9,65	30,91	200/5	39,33
20	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
21	Макаронные изделия отварные (улитки)	221,7	5,82	4,24	39,73	130	12,81
22	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	145	17,41
23	Кукуруза бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	12,95
24	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
25	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
26	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
27	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
28	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
29	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
30	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
31	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
32	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
33	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	59,82
34	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
36	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
37	Фрукт нектарин свежий	57,2	1,43	0,39	11,57	130	31,27
38	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56

39	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
40	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
41	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
42	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
43	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	37,74	2,33	0,48	6,04	17	2,32
44	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
45	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
46	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
47	Печенье "Шакер-Чурек" в инд. упаковке 50 г.	255	2,85	12,95	31,85	1шт/50гр	18,20
48	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,29
49	Рисовые мини хлебцы с бананом 30гр	111	1,5	0,6	23,4	1шт/30гр	31,71
50	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
51	Фруктовая лента KIDS ТМ Правильные сладости	51			12,6	1шт/15 гр	27,46
52	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
53	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
54	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком	86,9	1,98	3,41	11,39	1шт/55гр	31,08
55	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	36,17
		6 299,18	179,64	265,34	865,16		1 614,75


Шеф-повар


(подпись)


Старший
калькулятор


(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела


(подпись) Степановичус В.Ю.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
г. Томск, ул. Мухоморова, д. 11. И.Н. Мараев

Директор



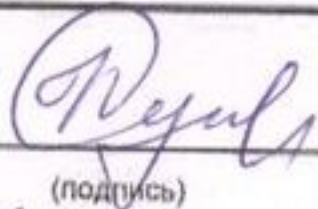
МЕНЮ

на 2 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

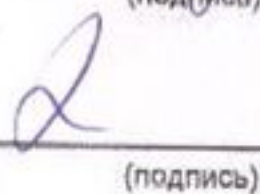
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
3	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
4	Салат "Витаминный" из свежей капусты	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
5	Щи из свежей капусты и картофеля с зеленью БМ	90,91	1,84	5,26	8,97	250/1	10,77
6	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	170,89	6,84	11,59	9,36	250/20/10/1	29,76
7	Печень "По-строгановски"	154,74	15,97	6,39	8,1	60/40	51,20
8	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
9	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
10	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
11	Плов ароматный из булгура с мясом птицы	234,25	13,79	4,3	34,53	40/150	47,22
12	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86
13	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
14	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
15	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	130,52
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
17	Омлет запеченный с сыром	241,77	17,13	18,02	2,46	150	49,51
18	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным	212,06	6,31	7,29	29,74	160/40/5	37,65
19	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным диета 9	190,63	6,2	7,19	24,74	170/30/5	32,49
20	Каша пшённая с бананом на рисовом молоке	205,49	3,04	7,69	31,23	160/40/5	36,28
21	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
22	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
23	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
24	Картофельные шарики запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	18,67
25	Пюре картофельное	139,61	3,22	4,57	21,18	145	22,06
26	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
27	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
28	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
29	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
30	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
31	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
32	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
33	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
34	Йогурт яблоко+тархун питьевой 80гр в инд.уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
35	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
36	Молоко шоколадное обогащенное витаминами 80мл	64,72	2,32	2	9,36	1шт/80 мл	17,68
37	Молочный коктейль (банан)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
38	Морс Фрутоняня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	47,92
39	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
40	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
41	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06

39	клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
40	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
41	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
42	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
43	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
44	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
45	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
46	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	1,73
47	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
48	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
49	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	75,90
50	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
51	Хлебцы рисовые Агуша с грушевым соком	87	1,41	0,21	19,8	1шт/30гр	59,55
52	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
53	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
54	Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"	84	0,42	3,15	13,58	1шт/70гр	36,19
55	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком	86,9	1,98	3,41	11,39	1шт/55гр	31,08
		5 865,47	194,26	242,89	801,56		1 774,90

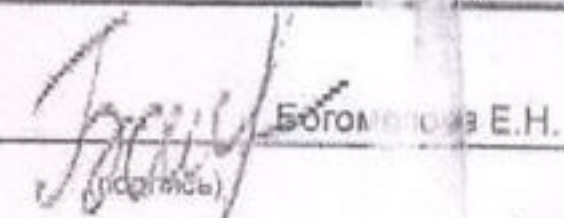
Шеф-повар


(подпись)

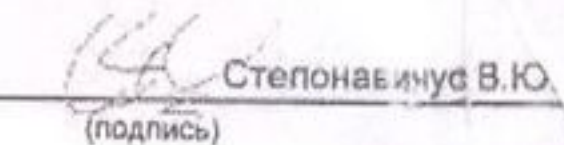
Мед. работник


(подпись)

Старший
калькулятор


(подпись) Богомолов Е.Н.

Начальник отдела


(подпись) Степонавину В.Ю.



тверждаю.

Комбинат детского питания "Центральный"

И.Н. Маслов

Директор



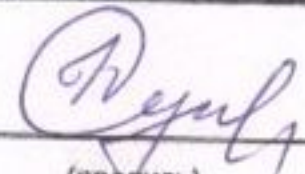
МЕНЮ

на 3 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

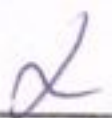
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
3	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
4	Зелёный горошек консервиров.(терм. обр)	14	1,2		2,4	40	17,11
5	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
6	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
7	Помидоры свежие (порционнo)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
8	Суп-лапша с курицей и зеленью	237,58	10,7	12,21	20,93	250/20/1	28,05
9	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ Диета 9	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1	38,44
10	Плов с мясом (свинина)	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	50,89
11	Тефтелька мясная	204,59	10,76	12,16	13,03	90	38,24
12	Курица отварная	277,2	23,56	20,29		100	41,36
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
14	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
15	Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	196,29	12,95	7,42	19,09	115	66,78
16	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86
17	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
18	Каша на рисовом молоке "Дружба" с маслом безлактозным без сахара	183,79	2,82	6,71	28,65	200/5	37,74
19	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным диета 9	195,52	6,46	7,39	25,52	200/5	23,17
20	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 01.10	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
21	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
22	Макаронные изделия отварные (безглютеновый гречневый рожок) диета БГ Диета 9	213,73	3,43	4,16	41,34	150	71,70
23	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
24	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	145	17,41
25	Овощная смесь "Европейская"	103,38	3,05	5,44	10,57	100	31,92
26	Полба припущенная Диета БМ	188,87	5,12	5,33	30,15	130	13,05
27	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
28	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200	8,80
29	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
30	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
31	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
32	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
33	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	22,57
34	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
36	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
37	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
38	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
39	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78

43	Фрукт яблоко свежее	84,6	0,72	0,54	18,54	180	50,31
44	Маффин классический без глютена	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
45	Маффин шоколадный без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
46	Печенье без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
47	Хлеб без глютена "Белый"	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
48	Хлеб без глютена "Тёмный"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
49	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
50	Хлеб ржаной "Московский"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
51	Хлеб ржаной "Московский"	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
51	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
52	Батончик фруктовый натуральный "Банан-Чиа-Подсолнечник"	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
53	Батончик фруктовый натуральный "Финики-Кокос"	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
54	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
55	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
56	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	20,02
57	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
58	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
59	Шоколад с вафлями "Левушка детям"	148,5	1,65	8,8	15,68	1шт/27,5гр	29,32
		7 120,73	249,53	299,59	929,03		1 973,98

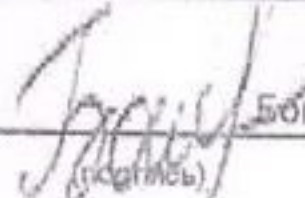
Шеф-повар


(подпись)


Мед. работник

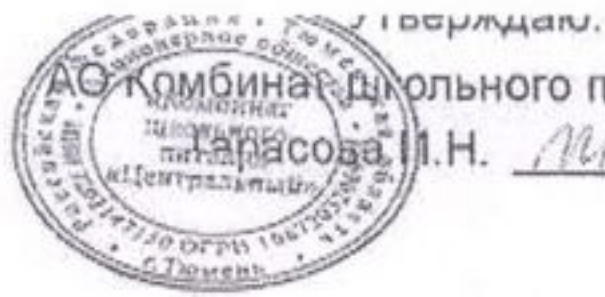

(подпись)

Старший
калькулятор


(подпись) Богомолова Е.Н.

Начальник отдела


(подпись) Степонавичус В.Ю.



АО Комбинат диетического питания "Центральный"
г. Тюмень, ул. Мухоморова, 11. И.Н. *Марш*

Директор



МЕНЮ

на 4 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню


№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
3	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
4	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
5	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
6	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
7	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
8	Суп картофельный с рисом, зеленью	116,88	2,2	4,02	18,09	250/1	19,75
9	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
10	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	281,82	13,84	12,26	28,6	40/130	58,34
11	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
14	Филе куриное тушеное с овощами	98,56	11,06	4,45	3,45	50/40	42,24
15	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
16	Запеканка из творога (без яйца)	142,77	2,77	5,74	19,74	150	68,61
17	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
18	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	171,32
19	Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	173,37	6,46	8,23	17,34	200/2/5	30,94
20	Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным 01.10	189,37	6,46	8,23	21,34	200/2/5	31,45
21	Каша рисовая с маслом безлактозным на рисовом молоке без сахара	156,86	1,72	6,36	23,81	200/5	37,54
22	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
23	Макаронные изделия отварные (безглютеновый гречневый рожок) диета БГ Диета 9	213,73	3,43	4,16	41,34	150	71,70
24	Картофельные шарики запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	18,67
25	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,65	160	16,17
26	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
27	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
28	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
29	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
30	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
31	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
32	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
33	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
34	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
35	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
36	Сок мультифрукт для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
37	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
38	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72

40	Хлеб без глютена белый	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
41	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
42	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
43	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
44	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
45	Батончик фруктовый натуральный "Финики-Кокос"	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
46	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	38,87
47	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
48	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
49	Печенье затяжное Мария 22 г. в инд. уп.	87,56	1,76	1,89	16,72	1шт/22гр	7,06
50	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
51	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
52	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
53	Мороженое молочное ванильное с вареной сгущёнкой и пребиотиком	99	2,15	3,58	13,81	1шт/55гр	31,08
54	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	36,18
		6 732,38	231,19	294,35	868,32		1 636,12

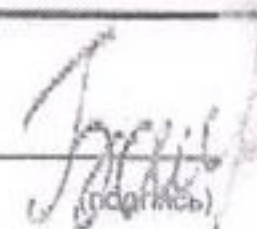
Шеф-повар


(подпись)


Мед. работник


(подпись)

Старший
калькулятор


(подпись) Комолова Е.Н.

Начальник отдела


(подпись) Иванюк В.Ю.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559358
Владелец Головчак Елена Владимировна
Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024