



Утверждаю:

АО Комбинат Д. о. о. л. питания "Центральный"  
Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор



## МЕНЮ

на 5 - 6 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5	23,05
2	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
4	Хлеб пшеничный Подовый	42,27	1,33	0,14	8,89	17	1,57
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	Блинчики с вишней	225,74	3,22	6,75	39,23	80	39,96
		591,78	15,14	17,22	94,94		88,05
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы )	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью	209,86	8,5	11,54	17,79	250/20/10/1	54,07
3	Фрикассе из филе куриного	137,15	10,33	9,24	3,01	45/45	50,15
4	Макаронные изделия отварные (улитки)	221,7	5,82	4,24	39,73	130	12,81
5	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
6	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		723,56	28,5	25,88	92,71		158,05
		1 315,34	43,64	43,1	187,65	Итого за день	246,10
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
3	Какао-напиток молочный с витамином С	91,7	4,32	3,45	9,98	200	18,70
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,75	1,52	0,25	9,85	19	1,68
6	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/ 7гр	10,00
		460,19	11,21	18,3	60,83		124,98
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью п/ф	107,82	1,97	6,2	10,88	250/20/10/1	32,06
3	Запеканка картофельная с минтаем	232,3	15,24	5,66	29,93	200	59,06
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,28	10,4	20	1,77
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		512,58	21,29	12,69	78,17		121,12
		972,77	32,5	30,99	139	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

А.Н. Парасова И.Н. *Парасова И.Н.*

Директор



## МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	50,89
2	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
4	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
5	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,02
6	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
		641,93	23,75	25,86	78,43		97,38
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец сладкий) с маслом и зеленью	62,08	0,74	5,16	3,02	40/35/5/1	43,98
2	Суп-лапша с курицей и зеленью	237,58	10,7	12,21	20,93	250/20/1	28,05
3	Котлета по-домашнему с маслом сливочным	235,97	12,45	17,43	7,33	90/5	47,28
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Напиток клубнично-яблочный	43,5	0,15	0,1	10,16	200	7,39
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	88,99	2,98	0,92	17,17	37	3,92
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
		770,38	31,43	37,8	74,88		148,72
		1 412,31	55,18	63,66	153,31	Итого за день	246,10
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Тост с сыром "Гауда"	48,43	3,89	3,65		17/14,5	18,08
3	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным	184,55	6,08	7,59	21,92	200/2/5	33,97
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	Йогурт печеное яблоко питьевой инд. уп. 60г	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,62
		417,07	13,67	20,72	43,37		86,31
		14,4	0,7	0,16	2,15	80	57,15
	Зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
	Маслом болгарским	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50	39,10
4	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,04
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	15,44
6	Хлеб пшеничный Подовый	54,65	1,71	0,18	11,49	22	2,03
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		691,39	28,74	23,58	89,64		159,79
		1 108,46	42,41	44,3	133,01	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

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор*Богомолова Е.Н.*  
Богомолова Е.Н.

Начальник отдела

*Степанавичус В.Ю.*  
Степанавичус В.Ю.

(подпись)