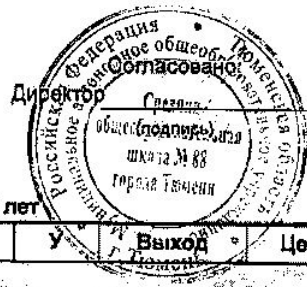




Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
И.Н. Сивасова

И.Н. Сивасова



МЕНЮ

на 2 - 6 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	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	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,06	8,99	17/14,5	18,08
3	001720	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	183,8	6,1	7,6	21,75	200/2/5	33,97
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,38
5	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,18	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	38,4	1,18	0,37	7,6	16	1,66
7	000155	Пастила фруктовая натуральная	47,5	0,35		11	1шт/25гр	27,08
			483,3	15,19	21,27	56,28		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	001956	Чахохбили из филе куриного с томатами	91,85	9,06	4,11	4,58	40/50	45,05
3	001873	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,78
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	65,85	2,09	0,34	13,59	26	2,31
6	001610	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,78	1шт/22гр	8,30
			409,8	18,13	10,39	57,63		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002008	Капуста свежая с маслом	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
2	001955	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	108	64,65
3	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	160	10,04
4	002038	Напиток яблочно-вишнёвый	43,4	0,14	0,11	10,3	200	6,93
5	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	48,77	1,43	0,15	9,63	18	1,71
			628,24	21,19	24,37	80,56		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000437	Минтай припущенный, в сметане	103,48	14,05	4,3	2,22	80	49,38
2	001315	Картофель отварной	152,04	3,14	4,24	25,25	150	23,23
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	71,28	2,39	0,74	13,78	29	3,14
6	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	48,8	2,88	1,58	5,38	45	16,76
			420,61	22,93	11,26	56,39		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,48	1шт/16,25	9,68
2	002327	Филе куриное тушеное	131,94	12,43	8	7,06	55/45	52,18
3	001347	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,85	160	16,17
4	000186	Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	42,5	0,13	0,1	10,25	200	9,10
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
6	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	35,59	1,15	0,19	7,31	18	1,42
7	000053	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
			423,72	20,79	13,1	54,88		107,70

Шеф-повар

В.И. Рязанский
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

С.В. Степанавичу
(подпись)

Начальник отдела

С.В. Степанавичу
(подпись)

Степанавичу В.Ю.



Утверждаю:
 И.Н. Масова



МЕНЮ

на 2 - 6 Декабря 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	403,1	13,93	37,54	44,78	185/5	80,19
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
4	000029	Хлеб гостовый ржаной "Волшебная рожь"	57,9	3,57	0,73	9,26	26	3,56
5	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,29
			604,61	22,41	42,03	73,8		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	218,12	8,92	7,74	29,78	200/5	24,77
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
5	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	58,54	1,74	0,54	11,19	24	2,45
7	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
			640,93	14	18,53	104,15		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002102	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф	174,06	10,17	12,59	4,62	40/60	40,66
2	001317	Картофельные шарики запеченные	158,32	3,81	2,06	31,04	170	21,89
3	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
4	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	81,04	2,54	0,27	17,04	32	3,01
6	001414	Зефир восточный с лимоном	116,1	0,43		34,83	1шт/43 гр	22,24
			640,96	19,66	17,14	108,06		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	53,65
2	000162	Напиток из смородины	41,26	0,25	0,1	8,83	200	16,76
3	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47,99	1,8	0,69	8,33	20	3,00
5	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд.упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,38	45	16,77
			538,36	21,26	19,39	69,69		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	306,44	24,82	10,78	26,22	160	68,79
3	001524	Чай с лимоном и сахаром	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,45
4	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	36,84	1,19	0,2	7,57	18	1,47
5	000053	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
			539,77	27,38	20,22	59,69		107,70

Шеф-повар

(Подпись)

Мед. работник

(Подпись)

Старший калькулятор

(Подпись)

Гришук О.М.

Начальник отдела

(Подпись)

Степановичус В.Ю.



Комбинат диетического питания "Центральный"
г. Москва

МЕНЮ


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




№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
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 (порционнo)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
6	Помидоры свежие (порционнo)	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 грёнками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10	41,73
9	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и грёнками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
10	Печень "По-строгановски"	154,74	15,97	6,39	8,1	60/40	51,20
11	Печень тушеная с овощами Диета БГ	136,81	15,63	5,2	6,59	60/40	49,61
12	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,93
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	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
17	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом оливочным	183,8	6,1	7,6	21,75	200/2/5	33,97
18	Каша рисовая с маслом безлактозным на рисовом молоке без сахара	156,86	1,72	6,36	23,81	200/5	37,54
19	Макаронные изделия отварные (безбелковые макаронные рисовый рожок) диета БМ, БГ, ФКУ	228,85	1,29	5,32	43,95	150	45,74
20	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
21	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
22	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	10,48
23	Кукуруза бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	12,95
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 клубничное обогащенное витаминами 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	Сбк яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
37	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
38	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54

№	Наименование	107,0	2,44	0,12	24,00	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 витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
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 "Домашки не будет" (банан-чай-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	24,60
46	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
47	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,48	30,66	1шт/35гр	78,90
48	Печенье "Шакер-Чурек" в инд. упаковке 50 г.	255	2,85	12,95	31,85	1шт/50гр	18,20
49	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,29
50	Рисовые мини хлебцы с бананом 30гр	111	1,5	0,6	23,4	1шт/30гр	31,71
51	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
52	Фруктовая лента KIDS ТМ Правильные сладости	51			12,6	1шт/15 гр	27,46
53	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	48,23
54	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
55	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
56	Чак-чак с настоящим медом 45гр	207	2,21	14,13	18,14	1шт/45 гр	39,68
		6 588,65	202,48	269,75	906,1		1 728,52

Шеф-повар


(подпись)


Старший
калькулятор


Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела


Стелонаичук В.Ю.
(подпись)



Федеральный научный центр безопасности и качества питания "Центральный"

И.Н. Мисер




МЕНЮ

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


№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное безлактозное порционно	66,2	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	20,71
2	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,48	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)	10,5	0,9		1,8	30	12,83
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 (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
8	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
9	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью п/ф	185,45	7,79	11,32	12,9	250/20/10/1	51,08
10	Суп картофельный с рисом, зеленью	116,88	2,2	4,02	18,09	250/1	19,75
11	Котлета "По-деревенски"	153,73	9,78	10,42	5,21	90	39,32
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
13	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
14	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/46	43,28
15	Рыба запеченная минтай Б/Г	163,02	16,79	8,58	4,78	90	50,76
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
17	Каша на рисовом молоке "Дружба" с маслом безлактозным без сахара	183,79	2,82	6,71	28,65	200/5	37,74
18	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	216,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
19	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БС, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
20	Макаронные изделия отварные (рожки)	254,21	6,71	4,89	45,84	150	14,78
21	Кукуруза бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	12,95
22	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145	21,03
23	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200	8,62
24	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
25	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
26	Напиток яблочный диета 9	12,25	0,1	0,1	2,45	200	6,28
27	Чай гречишный	0,01				200	0,63
28	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
29	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
30	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
31	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	43,55
32	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
33	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
34	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	59,82
35	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
36	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
37	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
38	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
39	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
40	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
41	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
42	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00

43	Хлеб без глютена темный	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
44	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
45	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
46	Батончик с клубникой и цельными злаками 25гр.	92,5	0,88	1,38	18,5	1шт/25гр	31,98
47	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-чиа-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	24,60
48	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
49	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	228,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	38,87
50	Мармелад жевательный желевый Сороконожки Марми 13гр	40,94	0,72	0,01	9,49	1шт/13гр	10,40
51	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
52	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
53	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
54	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
55	Хлебцы рисовые Агуша с грушевым соком	87	1,41	0,21	19,8	1шт/30гр	59,55
56	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
57	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,62
58	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
59	Блинчики мини	69,92	1,48	2,69	9,67	42	13,18
		5 869,84	202,98	223,88	743,96		1 691,27

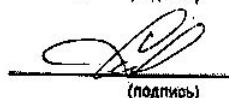
Шеф-повар


(подпись)

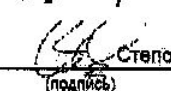
Старший
калькулятор


Богомолова Е.Н.
(подпись)

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела


Степановичус В.Ю.
(подпись)



Комбинат общественного питания "Центральный"
И.Н. *Маслов*



МЕНЮ

на 4 Декабря 2024 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	Капуста свежая с маслом	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
3	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
4	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
5	Щи из свежей капусты и картофеля с зеленью	90,91	1,84	5,26	8,97	250	10,77
6	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью п/ф	151,09	5,48	10,23	8,89	250/15/10/1	27,67
7	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф БГ	194,05	11,53	14,13	4,58	48/50	47,30
8	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
9	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
10	Плов ароматный из булгура с мясом птицы	234,25	13,79	4,3	34,53	40/150	47,22
11	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
12	Запеканка картофельная с рыбой БГ	231,22	15,02	5,5	30,24	200	65,92
13	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	258,79	25,49	10,96	12,73	150	72,93
14	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	130,52
15	Суфле творожное	310,39	30,4	12,53	17,28	150	84,84
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 пшеничная с маслом сливочным без сахара	184,3	6,93	7,96	20,46	200/5	22,96
19	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5	23,05
20	Каша пшеничная на рисовом мол. с масле с маслом безлактозным без сахара	163,98	2,8	6,88	22,97	200/5	35,82
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 (безглютенный 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	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
26	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
27	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
28	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
29	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
30	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
31	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
32	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
33	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	6,8	1шт/80 мл	18,30
34	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
35	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
36	Молочный коктейль (банан)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
37	Морс ФрутоНяня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	47,82
38	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
39	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
40	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	22,57
41	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06

№	Наименование	13,0	0,00	0,01	17,01	17,0	47,04
43	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
44	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
45	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	6,72	24,08	40	23,40
46	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
47	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
48	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
49	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
50	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
51	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
52	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/16,5	16,08
53	Зефир восточный с лимоном	116,1	0,43		34,83	1шт/43 гр	22,25
54	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
55	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
56	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Koper	28,3	1,2	0,3	6,2	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 молочный KINDER CHOCOLATE	70,75	1,09	6,69	4,38	1шт/12,5 г	24,03
		7 223,58	284,78	301,24	923,21		1 937,38


Шеф-повар


(подпись)


Мед. работник


(подпись)

Старший
калькулятор


(подпись) Богомолова Е.И.

Начальник отдела


(подпись) Степанович В.Ю.



Комбинат общепита "Центральный"
И.Н. Масал



МЕНЮ

на 5 Декабря 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	2,65	80	22,42
7	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
8	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	22,84
9	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (рисовые рожки)	237,48	9,9	12,16	21,98	250/20/1	34,67
10	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, с маслом	14,23	0,22	0,91	1,25	90	53,11
11	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	300,92	14,48	12,58	31,97	40/150	46,01
12	Плов с мясом (свинина) п/ф БГ	389,27	17,12	18,46	39,31	56/150	56,40
13	Курица отварная	277,2	23,56	20,29		100	41,36
14	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
15	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
16	Котлета рубленая из минтая БГ	145,16	14,94	3,43	13,47	90	55,62
17	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
18	Каша кукурузная на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	163,98	2,09	6,41	24,1	200/5	36,07
19	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5	23,30
20	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным диета 9	182,18	6,09	7,39	21,44	200/5	22,78
21	Макаронные изделия отварные (Безбелковые макаронные рисовый рожок) диета БМ, БГ, ФКУ	228,85	1,29	5,32	43,95	150	45,74
22	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	160	37,10
23	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	145	17,41
24	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
25	Овощная смесь "Европейская"	103,38	3,05	5,44	10,57	100	31,92
26	Пюре картофельное	157,24	3,76	4,65	24,81	170	24,66
27	Напиток из смородины	41,25	0,25	0,1	9,83	200	16,76
28	Напиток из смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200	15,74
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	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	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	22,57
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
36	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
37	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
38	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54

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 без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
43	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
44	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
45	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
46	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
47	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	38,87
48	Мармелад жевательный желевый в форме червяков CRAZY WOW 60гр	187,5	3,18	0,06	43,56	1шт/60гр	46,80
49	Мармелад жевательный ТМ Лёвушка детям	242,2	3,99	0,14	51,73	1шт/70гр	48,65
50	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
51	Печенье затяжное Мария 22 г. в инд. уп.	87,56	1,76	1,89	16,72	1шт/22гр	7,06
52	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
53	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
54	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	16,79
		6 572,14	211,42	282,87	878,34		1 602,81

Шеф-повар


(подпись)

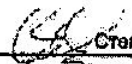
Мед. работник


(подпись)

Старший
калькулятор


Богомолова Е.Н.
(подпись)

Начальник отдела


Степанович В.Ю.
(подпись)



г. Тверь, ул. Мухоморова, д. 1

Комбинат детского питания "Центральный"

И.Н. Мисел



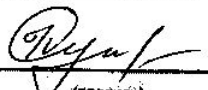
МЕНЮ

на 6 Декабря 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

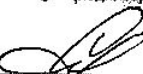
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,75	1,47	3,28	1,47	1шт/16,25	9,71
3	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,08
4	Фасоль красная консер.(после терм.обработ)	38	2,32	0,12	6,52	40	35,37
5	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
6	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
7	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
8	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,18	2,15	80	32,53
9	Суп картофельный с рисом, зеленью	116,88	2,2	4,02	18,09	250/1	19,75
10	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
11	Гуляш из говядины	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50	67,69
12	Поджарка из мяса (свинина) п/ф БГ	206,15	11,6	14,93	5,54	45/45	44,69
13	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
14	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
15	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
16	Филе куриное тушеное	131,94	12,43	6	7,05	55/45	52,18
17	Запеканка из творога	306,44	24,82	10,76	26,22	150	68,79
18	Запеканка из творога (без яйца)Диета БГ	285,32	23,76	10,05	23,61	150	64,09
19	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	130,52
20	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
21	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
22	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
23	Каша рисовая с маслом безлактозным на рисовом молоке без сахара	156,86	1,72	6,36	23,81	200/5	37,54
24	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	46,56	150	37,10
25	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
26	Картофель отварной БМ	168,47	2,99	5,42	24,34	145	17,41
27	Кускус припущенный	174,42	5,3	4,63	27,53	150	23,53
28	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
29	Напиток абрикосовый	41,75	0,23	2,2	8,23	200	8,42
30	Напиток из ягод (клубника,вишня,яблоко)	42,5	0,13	0,1	10,25	200	9,10
31	Напиток из ягод (клубника,вишня,яблоко) диета 9	10,5	0,13	0,1	2,25	200	8,08
32	Напиток на йогуртной закуске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
33	Чай гречишный	0,01				200	0,63
34	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
35	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
36	Морс ФрутоНяня в инд. уп. 200мл	66,4			21,6	1шт/200 мл	47,92
37	Пюре яблоко,шиповник,клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
38	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	22,57
39	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72

40	Сок яблочный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1 шт/125 мл	18,72
41	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	65			13,75	1 шт/125мл	17,06
42	Фрукт киви свежий	47	0,8	0,4	8,1	100	28,15
43	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
44	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
45	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
46	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
47	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
48	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
49	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
50	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
51	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1 шт/25 гр	27,63
52	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1 шт/18гр	17,30
53	Джем фруктовый в инд.уп. 18.гр.	48,96			12,24	1 шт/18гр	6,44
54	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1 шт/50 гр	38,87
55	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1 шт/10гр	12,08
56	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1 шт/16гр	29,91
57	Сахар в инд уп	20			5	1 шт/5гр	1,11
58	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1 шт/27гр	41,42
59	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,75
		6 700,11	250,51	297,8	826,66		1 796,33


Шеф-повар:


(подпись)

Мед. работник


(подпись)

Старший
калькулятор


Богомолова Е.Н.

Начальник отдела


Степановичус В.Ю.
(подпись)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025