

Утверждаю:

Аудиторское общество Комбинат школьного питания  
Центральный  
г. Ярославль  
И.Н. *Масел*

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 10 - 14 Октября 2022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
3	Макаронные изделия отварные*	231,28	6	4,69	40,92	160	10,42
4	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	50,1	1,59	0,49	9,14	20	2,00
		654,34	25,42	24,2	81,07		80,00
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
2	Сочные биточки По-домашнему (фарш мясной)	207,46	10,45	14,34	14,68	70	39,33
3	Картофель тушёный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
4	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	40,65	1,29	0,21	8,39	16	1,37
		550,23	17,75	24,59	69,33		80,00
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с "Сыробогатое")	59,57	1,77	0,69	11,52	23 6/10 м	12,31
2	Залежанка из творога*	179,05	12,08	10,13	12,27	100	38,55
3	Соус Ягодный (брусника, клюква)	28,17	0,06	0,03	6,72	30	5,73
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
5	Фрукт яблоко свежее					115	11,94
		364,29	16,9	13,37	46,08		80,00
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	7,7	0,49	0,07	1,33	70	10,85
2	Минтай запеченный	108,74	13,01	4,95	2,89	70	36,37
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	26,08	0,89	0,15	5,53	13	1,14
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		466,97	21,75	13,73	64,02		80,00
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Витаминный" из свежей капусты с яблоками и морковью п/ф	89,08	0,79	7,09	5,29	70	7,37
2	Бефстроганов из говядины п/ф	70,94	0,8	6,05	6,55	30/30	49,92
3	Рис припущенный (длиннозернистый)	203,28	3,73	7,48	37,35	150	12,18
4	Напиток теплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	25,09	0,83	0,14	5,14	13	1,06
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		528,03	8,19	21,26	82,81		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

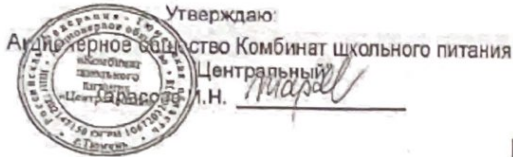
Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.



Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 10 - 14 Октября 2022 г. 2-Комплекса 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,93	4,34	3,68	12,25	24/10/10	13,43
2	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
		441,52	26,65	13,05	54,56		80,00
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	236/15м	19,58
2	Наггетсы "Детские"	44,95		5		90	44,06
3	Гречка отварная с овощами п/ф	159,44	4,88	5,51	22,54	150	11,35
4	Чай с лимоном	50,05	0,05	0,01	12,16	200/6/12	3,30
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич витамин.	40,71	1,34	0,22	8,35	20	1,71
		354,72	8,04	11,43	54,57		80,00
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	44,3	0,84	0,06	9,87	70	7,64
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной о.в.п/ф	330,34	14,81	19,82	22,22	50/150	63,04
3	Напиток теплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	35,27	1,16	0,19	7,23	18	1,49
5	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		500,75	18,17	20,29	60,14		80,00
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Омлет запеченный натуральный	249,43	15,79	19,39	2,91	150	43,95
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	61,87	1,96	0,32	12,77	25	2,11
		431,6	22,15	22,82	33,7		80,00
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	59,57	1,77	0,69	11,52	23 6/10 м	12,31
2	Шницель натурально рубленный из минтая п/ф	156,8	14,32	10,7	9,28	90	40,11
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	20,21
4	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	53,96	1,78	0,3	11,06	27	2,28
		471,41	21,23	16,67	67,32		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)



Утверждаю:

Андрей Сергеевич  
 Центральный  
 И.Н. Масал

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 10 - 11 Октября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,54
2	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,46
		441,06	26,66	13,04	54,43		81,10
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной ов. п/ф	78,99	1,77	4,56	10,29	200/10	13,67
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной ов.п/ф	330,34	14,81	19,82	22,22	50/150	63,04
4	Напиток витаминизированный		0,01		0,21	200	5,18
5	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	41,3	1,36	0,23	8,47	21	1,74
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,07
		510,63	20,14	25,19	52,05		108,50
		951,69	46,8	38,23	106,48	Итого за день	189,60
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	235/20 дж	10,20
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	260,27	5,69	6,86	42,99	200/5	18,40
3	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200	4,25
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		467,8	8,89	7,82	89,95		34,45
<b>Обед</b>							
1	Салат в стиле греческий с маслом	96,02	0,71	9,08	2,71	80	25,60
2	Суп картофельный с макаронами, говядиной п.ф.	168,55	6,11	6,68	21,01	250/10	30,51
3	Шницель натур. рубленый из горбуши с маслом п/ф	134,82	2,21	13,64	9,35	90/5	71,97
4	Булгур с овощами (овощи п/ф)	242,7	5,81	9,62	35,71	150	14,19
5	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200	9,59
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	49,38	1,57	0,25	10,19	20	1,68
		825,67	18,12	39,58	109,9		155,15
		1 293,47	27,01	47,4	199,85	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

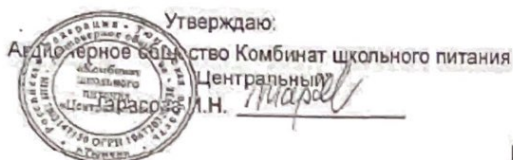
Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)



Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 12 - 13 Октября 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон нар.в/с)*	95,87	4,18	3,64	11,55	23/10/10	22,03
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,71	6,68	8,02	29,04	200/5	24,30
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
4	Фрукт яблоко свежее					115	11,95
		407,38	11,54	11,94	60,23		66,30
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	7,7	0,49	0,07	1,33	70	10,85
2	Уха по-ростовски с зеленью (овощи п/ф)	93,08	1,79	3,82	12,73	200/35/1	52,23
3	Паста с соусом корбанара (филе кур) п.ф.	349,04	13,97	18,38	32,14	200	43,30
4	Напиток "Тюменский туюсок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,26	1,37	0,22	8,93	17,1	1,46
		588,68	19,04	22,79	76,45		123,30
		996,06	30,58	34,73	136,68	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	59,57	1,77	0,69	11,52	23 6/10 м	12,31
2	Омлет запеченный натуральный	249,43	15,79	19,39	2,91	150	43,95
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		495,1	23,13	23,64	45,3		91,73
Обед							
1	Салат "Степной" (картофель, морковь, огурцы сол., горошек зел. конс., лук репч., маслом) овощи п/ф	104,26	1,26	8,15	6,31	80	13,91
2	Суп картофельный с говядиной и гречками п ф	184,52	6,58	6,11	25,75	200/10/10	31,44
3	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	199,04	6,82	16,54	5,61	60/5	33,34
4	Каша перловая рассыпчатая с овощами /ов. п/ф м.р/	188,54	4,28	5,75	29,77	150	8,03
5	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200	7,97
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	26,75	0,88	0,15	5,48	13	1,13
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		804,2	21,36	37,02	95,61		97,87
		1 299,3	44,49	60,66	140,91	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)



Утверждаю:

Аудиторское общество «Аудит»  
 Федеральное государственное учреждение  
 «Центральный научно-исследовательский институт  
 питания» Минздрава России  
 Саратовский филиал

И.Н. Мороз  
 Центральный  
 Саратов

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 14 - 15 Октября 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом и сыром (батон в/с)*	114,02	5,39	5,12	11,57	23/10/15	26,07
2	Каша молочная манная с маком и вишневым вареньем	126,18	3,32	7,14	11,96	200/20	23,26
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр					1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	26,75	0,88	0,15	5,48	13	1,13
		364,45	12,58	14,93	44,58		84,68
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" из свежей капусты с яблоками и морковью п/ф	76,35	0,68	6,08	4,54	60	6,32
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью ов. п/ф	130,58	2,66	5,53	20,14	250/10/1	22,63
3	Котлета "Лакомка" из индейки лук п/ф	143,63	11,7	10,63	5,04	60	40,51
4	Рагу овощное (овощи п/ф) м.р.*	180,56	3,02	10,42	18,3	150	17,61
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	14,80
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,44
		706,96	20,67	33,09	88,15		104,92
		1 071,41	33,25	48,02	132,73	Итого за день	189,60
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сэндвич двойной с курицей	45,37	5,01	2,69	0,24	70	25,76
2	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		424,96	28,57	12,27	50,34		93,93
<b>Обед</b>							
1	Огурцы соленые	4,55	0,28	0,04	0,6	35	10,92
2	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной ов. п/ф	70,97	1,63	3,81	8,74	200/5	12,00
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной ов. п/ф	296,3	12,44	17,16	22,22	40/150	54,06
4	Напиток витаминизированный		0,01		0,21	200	5,18
5	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	44,19	1,4	0,23	9,12	18	1,50
		454,01	17,01	21,45	48,68		95,67
		878,97	45,58	33,72	99,02	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.