



Утверждаю:

Аудиторское общество «Центральное»  
Комбинат школьного питания

И.Н. Масал

Согласовано:

Директор

Левина  
(подпись)

### МЕНЮ

на 26 - 27 Октября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Обед</b>							
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 "Рябиношка" пшеничный витамин.	43,09	1,37	0,22	8,89	17	1,46
		588,51	19,04	22,79	76,41		123,30
		995,89	30,58	34,73	136,64	Итого за день	189,60
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	12,31
2	Омлет запеченный натуральный	249,43	15,79	19,39	2,91	150	43,95
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,49
4	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		448,1	22,33	23,24	37,2		83,76
<b>Обед</b>							
1	Салат "Степной" (картофель, морковь, огурцы сол., горошек зел. лук репч., маслом) ов.п/ф	91,22	1,1	7,13	5,52	70	12,17
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	184,52	6,56	6,11	25,75	200/10/10	31,44
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	205,32	9,53	15,51	11,45	60/5	40,10
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток из брусники и клубники	58,88	0,19	0,11	13,94	200/12	10,07
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	23,67	0,78	0,13	4,85	12	1,00
7	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		771,82	24,37	35,4	92,85		105,84
		1 219,92	46,7	58,64	130,05	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

Г  
(подпись)

Мед. работник

М  
(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Богомолова  
(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

Фоменко  
(подпись)



утверждаю:

Администрация Центрального  
Комбината школьного питания  
г.Томск

И.Н. *Марин*

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 28 - 29 Октября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная манная с маком и вишневым вареньем	126,18	3,32	7,14	11,96	200/20	23,26
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
3	Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
4	Блинчики с яблочной начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	31,78
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	37,36	1,23	0,21	7,66	19	1,57
		545,02	66,34	19,97	68,59		90,83
<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 п/ф	122,56	2,52	4,78	18,59	250/5/1	20,96
3	Котлета "Лакомка" из индейки 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 из клубники	96,37	0,17	0,08	23,51	200/15	9,62
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	37,78	1,25	0,21	7,74	19	1,60
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	54,09	1,72	0,53	9,87	21	2,15
		711,34	21,06	32,73	87,59		98,77
		1 256,36	87,4	52,7	156,18	Итого за день	189,60
Суббота							
<b>Завтрак</b>							
1	Сэндвич двойной с курицей	45,37	5,01	2,69	0,24	70	25,76
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	248,8	6,86	11,78	28,99	200/10	22,80
3	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,41
		387,17	14,67	16,97	43,91		66,97
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	161,13	6,64	9,16	15,64	250/15/10	41,38
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	208,91	9,36	15,79	7,13	90/5	47,54
4	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	9,77
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	56,27	1,79	0,29	11,61	22	1,91
		786,74	25,9	30,21	101,69		122,63
		1 173,91	40,57	47,18	145,6	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

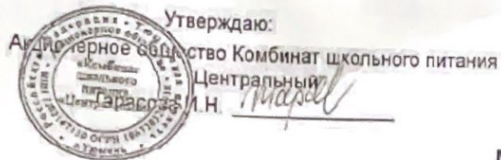
Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.



## МЕНЮ

на 24 - 28 Октября 2 022 г. 2-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	80,4	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	Морковь с сахаром п/ф	44,3	0,84	0,06	9,87	70	7,64
2	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	189,38	8,32	14,43	6,34	80/5	42,75
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	20,21
4	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	37,16	1,23	0,2	7,62	19	1,57
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		507,75	15,03	19,82	66,74		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 5/10 м	12,31
2	Запеканка 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 соленные	3,9	0,24	0,03	0,51	30	9,36
2	Горбуша запеченая	36,99	0,31	3,03	2,07	50	48,70
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Чай с сахаром и лимоном	49,71	0,05	0,01	12,13	200/12/5	3,05
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		316,14	5,62	9,24	52,1		80,00
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек, зел, лук репч, огурцы сол, с маслом) ов.п/ф	68,5	1,23	3,68	7,51	70	10,54
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,24
3	Булгур с овощами (овощи п/ф)	242,7	5,81	9,62	35,71	150	14,19
4	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	32,9	1,09	0,18	6,74	16	1,39
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
		698,11	20,18	31,18	84,93		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.



утверждаю:

Андрей Сергеевич Комбинат школьного питания  
Центральный  
И.Н. Марин

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 24 - 25 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	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
2	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Блинчики с вареной сгущенкой	209,98	56	7,6	22,4	1 шт/80гр	28,51
		<b>551,57</b>	<b>78,31</b>	<b>16,97</b>	<b>64,71</b>		<b>95,08</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	7,7	0,49	0,07	1,33	70	10,85
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 свининой 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	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	32,9	1,09	0,18	6,74	16	1,39
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		<b>493,11</b>	<b>19,66</b>	<b>24,38</b>	<b>48,58</b>		<b>94,52</b>
		<b>1 044,68</b>	<b>97,97</b>	<b>41,35</b>	<b>113,29</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>
<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
		<b>467,8</b>	<b>8,89</b>	<b>7,82</b>	<b>89,95</b>		<b>34,45</b>
<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	200/10	9,59
6*	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	49,39	1,57	0,25	10,19	20	1,68
		<b>825,68</b>	<b>18,12</b>	<b>39,58</b>	<b>109,9</b>		<b>155,15</b>
		<b>1 293,48</b>	<b>27,01</b>	<b>47,4</b>	<b>199,85</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

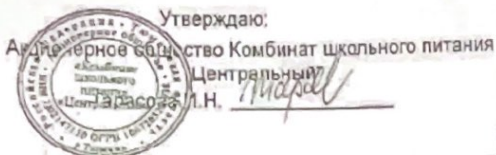
Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)



Согласовано:

Директор

## МЕНЮ

на 24 - 28 Октября 2 022 г. 1-Комплекс 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
		<b>441,52</b>	<b>26,65</b>	<b>13,05</b>	<b>54,66</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом и зеленью (хл. Рябиноушка)	42,84	1,36	0,22	8,84	17/10	12,83
2	Фрикасе из филе куриного п/ф	149,42	12,24	10,19	6,96	70	52,66
3	Гречка отварная с овощами п/ф м р	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
4	Чай с апельсинами	51,02	0,06	0,01	12,55	200/12/7	3,09
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	42,6	1,41	0,23	8,73	21	1,81
		<b>451,25</b>	<b>19,92</b>	<b>16,84</b>	<b>59,58</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	34,81	0,66	0,05	7,75	55	6,01
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной о.в. п/ф	330,34	14,81	19,82	22,22	50/150	63,04
3	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	8,62
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20,83	0,69	0,11	4,27	10	0,88
5	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>487,07</b>	<b>17,72</b>	<b>20,3</b>	<b>56,93</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,68
2	Омлет запеченный натуральный	266,06	16,84	20,69	3,11	160	46,88
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,49
4	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витамин.	57,15	1,81	0,29	11,79	23	1,95
		<b>438,31</b>	<b>22,89</b>	<b>24,05</b>	<b>32,16</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным хл. Здоровье	51,2	1,63	0,5	9,34	206/10м	13,65
2	Минтай, запеченный с сыром	95,33	10,39	5,01	2,08	50	29,56
3	Картофель отварной (карт. п/ф)	160,27	3,26	4,7	26,16	160	21,57
4	Напиток тёплый смородиновый	59	0,25	0,1	13,8	200/12	13,70
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38,21	1,2	0,2	7,42	18	1,62
		<b>402,01</b>	<b>16,73</b>	<b>10,51</b>	<b>58,8</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир

Экономист по ценам

Гришков О.М.

Мед. работник

Технолог

Фоминко С.В.