



МЕНЮ

на 26 - 30 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр Гауда)	94,83	4,43	3,39	11,56	22/10/10	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
		436,42	26,74	12,76	53,87		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	14,02
2	Фрикасе из филе куриного п/ф	138,7	11,37	9,46	6,46	65	49,17
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/ *	159,42	4,88	5,51	22,54	120/30	11,51
4	Чай ройбуш	16,25		0,01	4	200	2,76
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	58,14	1,68	0,41	11,07	24	2,54
		432,08	19,7	16,08	55,59		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Салат из моркови, сыром Гауда с маслом п/ф	74,64	2,56	4,86	4,94	75	13,78
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной о. п/ф	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
3	Напиток тёплый из вишни и черники	48,72	0,01		12,16	200/12	7,69
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	28,64	0,95	0,16	5,87	14	1,21
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,35	1,63	0,5	9,37	20	2,05
		510,33	17,79	23,11	56,04		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Огурцы соленые	5,2	0,32	0,04	0,68	40	12,48
2	Горбуша запеченая	36,99	0,31	3,03	2,07	50	48,71
3	Рис припущенный	203,23	3,73	7,48	37,35	150	12,53
4	Чай с апельсинами	51,02	0,06	0,01	12,55	200/12/7	3,09
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	46,84	1,49	0,24	9,67	19	1,58
		381,28	7,16	11,01	70,11		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Винегрет овощной п/ф	102,5	1,09	8,13	6,07	80	13,17
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,24
3	Макаронные изделия отварные*	245,68	6,37	4,98	43,48	170	11,47
4	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	44,19	1,3	0,64	7,67	19	2,64
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,46
		761,58	21,32	31,99	89,95		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

Английское общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 Директор И.Н. Мисур

Согласовано

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 26 - 30 Декабря 2 022 г. 2-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	5,5	0,35	0,05	0,95	50	7,75
2	Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр Гауда, масло.сл.)	340,26	17,59	12,45	38,97	200	50,03
3	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	35,94	1,14	0,19	7,42	14	1,22
		535,1	21,18	13,26	81,42		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Круассан мини 25 гр					1шт/25гр	24,00
2	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	138,13	5,38	10,4	5,74	50/5	28,64
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	31,02	0,9	0,22	5,91	13	1,35
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		432,94	10,84	16,78	58,79		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр					2шт/7гр	9,88
3	Запеканка из творога*	253,73	15,67	12,22	23,12	120	46,34
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
		476,9	20,53	22,68	50,35		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (огурцы, перец сладкий)	7,75	0,44	0,05	1,4	35/15	13,13
2	Скрембл с томатом свежим	255,28	14,65	20,26	3,45	150	48,46
3	Какао-напиток молочный с 13 витам.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,49
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	34,56	1,14	0,19	7,08	17	1,46
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		441,53	21,11	23,67	35,75		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Шницель натуральный рубленый /минтай/ с маслом (п/ф)	172,43	12,78	13,14	8,32	80/5	40,35
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	184,39	3,4	6,62	27,71	170	18,80
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200/12	4,89
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,40
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	59,67	1,74	0,78	9,61	18	2,25
		619,67	20,56	28,82	74,63		80,00

Повар-бригадир _____ (подпись)

Экономист по ценам _____ Грицюк О.М. (подпись)

Мед. работник _____ (подпись)

Технолог _____ Фоменко С.В. (подпись)



Утверждаю:
 Центральный
 И.Н. *Масал*



Согласовано:
 Директор
 (подпись)

МЕНЮ

на 26 - 30 Декабря 2022 г. 1-Комплекс 100 обед

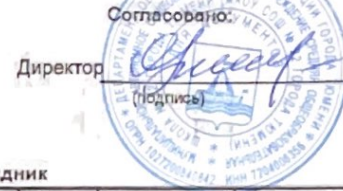
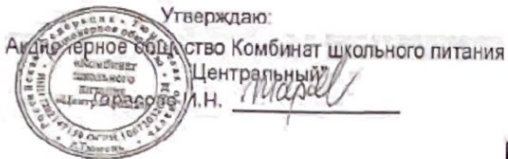
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Обед							
1	Огурцы соленые	6,5	0,4	0,05	0,85	50	15,60
2	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной ов. п/ф	74,14	1,68	4,11	9,36	200/7	12,94
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной о. п/ф	330,34	14,81	19,82	22,22	50/150	63,04
4	Напиток витаминизированный		0,01		0,21	200	5,18
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	48,02	1,52	0,25	9,91	19	1,63
		497	19,67	24,44	50,34		100,00
Вторник							
Обед							
1	Салат "Витаминный" (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)*	70,34	0,81	4,59	6,13	60	11,82
2	Суп картофельный с макаронами п/ф	133,4	3,12	4,11	21	250	16,08
3	Шницель натур. рубленный из горбуши п/ф	67,81	1,44	6,68	6,18	60	45,07
4	Булгур с овощами (овощи п/ф) м.р	242,7	5,81	9,62	35,71	150	14,19
5	Напиток теплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
6	Хлеб "Абсолют" ржано-пшеничный	41,37	1,19	0,29	7,88	17	1,80
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		694,66	14,19	25,61	108,88		100,00
Среда							
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	4,4	0,28	0,04	0,76	40	6,20
2	Уха по-ростовски с зеленью (овощи п/ф)	93,03	1,79	3,82	12,73	200/20/1	37,43
3	Паста с соусом корбанара (филе кур) п.ф.	314,09	12,57	16,54	28,93	180	39,27
4	Напиток "Тюменский туюсок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	28,17	0,93	0,15	5,77	14	1,19
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		548,49	17,37	21,14	71,06		100,00
Четверг							
Обед							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь, масло растит.) п/ф	92,15	1,21	6,65	6,79	65	8,88
2	Суп картофельный с говядиной, гречками п/ф	164,66	4,99	4,81	25,32	200/5/10	24,23
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	215,28	11,85	14,86	14,35	75	44,66
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.	25,8	0,85	0,14	5,29	13	1,09
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		764,98	25,3	32,98	97,03		100,00
Пятница							
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	38,17	0,02	4,17	0,14	50	6,64
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью п/ф	99,48	2,03	3,97	15,17	200/5/0,5з	17,24
3	Люля-кебаб из куриного филе с маслом слив. (лук п/ф)	143,65	11,98	10,46	6,34	75/3	42,95
4	Рагу овощное (овощи п/ф) м.р.*	180,56	3,02	10,42	18,3	150	17,61
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,77
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,40
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	37,03	1,08	0,48	5,97	11	1,39
		619,36	19,03	29,92	73,47		100,00

Повар-бригадир _____
 (подпись) *Г*

Мед. работник _____
 (подпись) *М*

Экономист по ценам _____
 (подпись) Грицок О.М.

Технолог _____
 (подпись) Фоменко С.В.



МЕНЮ

на 26 - 30 Декабря 2022 г. 1-Комплекса 50 полдник

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Полдник							
1	Напиток "Вкус лета из ягод"	54,3	0,13	0,06	13,09	200	8,25
2	Кекс "Шоколадное чудо"(Пекарский цех) 75грС	410,9	6,47	25,37	38,65	75	24,44
3	Фрукт киви свежее	43,19	0,74	0,37	7,44	92	17,31
		508,39	7,34	25,8	59,18		50,00
Вторник							
Полдник							
1	Кисель вишня/лимон	167,41	0,07	0,01	41,3	200	19,44
2	Бисквитный рулет "Фруктовый" (Пекарский цех)	240,9	4,76	3,67	47,79	72	15,94
3	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,62
		442,51	5,55	3,86	95,84		50,00
Среда							
Полдник							
1	Напиток яблочный	59,75	0,1	0,1	14,43	200/12	4,84
2	Булочка "Домашняя" (Пекарский цех) 50 гр масло сл.	194,57	3,87	6,03	30,59	50	9,98
3	Фрукт банан свежий	212,25	3,32	1,11	47,53	221	35,18
		466,57	7,29	7,24	92,55		50,00
Четверг							
Полдник							
1	Сок яблоко-персик обогащен.пектином восстан. "Сады Придонья" 200 мл	148	5,6	5,2	22	1шт/200мл	22,62
2	Сырная палочка (Пекарский цех) сметана 15%	275,59	6,83	17,28	23,99	50	17,28
3	Фрукт яблоко свежее	45,04	0,39	0,39	9,52	97	10,10
		469,23	12,82	22,87	55,51		50,00
Пятница							
Полдник							
1	Напиток "Северянка"	56,6	0,14	0,07	13,47	200/12	14,41
2	Фрукт киви свежее	44,98	0,77	0,38	7,75	96	18,04
3	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
		305,58	7,16	4,45	50,22		50,00

Повар-бригадир

g
(подпись)

Экономист по ценам

А.М. Грицко
Грицко О.М.
(подпись)

Мед. работник

И.Н.
(подпись)

Технолог

С.В. Фоменко
Фоменко С.В.
(подпись)



Утверждаю:

Актинское районное общество Комбинат школьного питания
Центральный
И.Н. Марад

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 30 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	235/20 дж	10,20
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	198,79	5,32	6,78	28,99	200/5	18,00
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
		615,06	16,43	13,99	99,4		57,22
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	45,81	0,03	5	0,16	60	7,96
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью п/ф	130,32	2,64	5,52	20,12	250/10/0,5 з	22,75
3	Люля-кебаб из куриного филе с маслом слив. (лук п/ф)	156,87	12	11,91	6,37	75/5	44,83
4	Рагу овощное (овощи п/ф) м.р.*	180,56	3,02	10,42	18,3	150	17,61
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,77
6	Сок яблоко-персик обогащен пектином восстан. "Сады Придонья" 200 мл	148	5,6	5,2	22	1шт/200мл	22,62
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,40
8	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	64,73	1,89	0,85	10,43	20	2,44
		846,76	26,08	39,32	104,93		132,38
		1 461,82	42,51	53,31	204,33	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

[Signature]
(подпись)

Экономист по ценам

[Signature] Грицюк О.М.
(подпись)

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Технолог

[Signature] Фоменко С.В.
(подпись)

утверждаю:
 Анжелика Сергеевна
 Центральный
 Комбинат школьного питания
 И.Н. *Масал*

Согласовано
 Директор *Сергей*
 (подпись)

МЕНЮ

на 28 - 29 Декабря 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 Гауда (батон нар.в/с)*	160,37	4,47	10,64	11,67	23/10/10	22,19
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,66	6,68	8,02	29,04	200/5	24,63
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
		518,83	12,23	19,34	70,15		65,24
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)	92,82	1,77	3,81	12,7	200/35/0,5 з	52,34
3	Паста с соусом корбанара (филе кур) п.ф.	348,99	13,96	18,38	32,14	200	43,63
4	Напиток "Тюменский туюсок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	37,87	1,25	0,21	7,76	19	1,60
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	52,02	1,65	0,51	9,49	20	2,09
		597	19,29	23,07	76,95		124,36
		1 115,83	31,52	42,41	147,1	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Скрэбл с томатом свежим	255,28	14,65	20,26	3,45	150	48,46
3	Какао-напиток молочный с 13 витам.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,49
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		567,05	21,69	31,76	47,68		88,27
Обед							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь, масло растит.) п/ф	85,07	1,12	6,14	6,27	60	8,20
2	Суп картофельный с говядиной, грёнками п/ф	184,48	6,56	6,11	25,83	200/10/10	31,71
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	192,05	9,51	14,06	11,53	60/3	38,55
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.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витамин.	46,84	1,49	0,24	9,67	19	1,58
		770,69	24,97	33,06	97,53		101,33
		1 337,74	46,66	64,82	145,21	Итого за день	189,60

Повар-бригадир *Г*
 (подпись)

Экономист по ценам *Грицюк*
 Грицюк О.М.
 (подпись)

Мед. работник *16*
 (подпись)

Технолог *Соус*
 (подпись) Фоменко С.В.



утверждаю:

Акт утверждения меню
Центрального
Комбината школьного питания
г. Ярославль
И.Н. Масал



Согласовано
Директор Олеся
(подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр Гауда)	94,83	4,43	3,39	11,56	22/10/10	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
		436,42	26,74	12,76	53,87		80,00
Обед							
1	Огурцы соленые	4,55	0,28	0,04	0,6	35	10,92
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной отварной, со сметаной п.ф.	106,04	4,62	6,39	8,82	200/10/5	27,04
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.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	53,42	1,7	0,28	11,02	21	1,81
		532,35	22,67	26,74	50,66		109,60
		968,77	49,41	39,5	104,53	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
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	293,27	5,74	10,49	43,05	200/10	23,44
3	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200	4,25
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		574,8	11,74	13,95	101,01		62,24
Обед							
1	Салат "Витаминный" (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)	70,34	0,81	4,59	6,13	60	11,82
2	Суп картофельный с макаронами, говядиной п.ф.	186,05	7,61	7,97	21,13	250/15	38,23
3	Шницель натурально рубленный из горбуши с маслом п/ф	100,86	1,49	10,3	6,25	60/5	49,77
4	Булгур с овощами (овощи п/ф) м.р	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 "Абсолютик" ржано-пшеничный	45,41	1,31	0,32	8,65	19	1,98
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	52,44	1,66	0,27	10,82	21	1,78
		794	19,15	33,17	111,83		127,36
		1 368,8	30,89	47,12	212,84	Итого за день	189,60

Повар-бригадир Г
(подпись)

Экономист по ценам Грицук О.М.
(подпись)

Мед. работник 109
(подпись)

Технолог Фоменко С.В.
(подпись)