

**МЕНЮ**

на 30 Января - 3 Февраля 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

| № п/п              | Наименование  | Ккал          | Б            | Ж            | У            | Выход     | Цена          |
|--------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| <b>Понедельник</b> |   |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)                      | 99,47         | 4,35         | 3,67         | 12,12        | 23/15/10  | 14,53         |
| 2                  | Сырники из творога п/ф                                    | 332,71        | 28,84        | 10,2         | 32,23        | 150       | 77,23         |
| 3                  | Соус вишнёвый   | 24,65         | 0,02         | 0,06         | 5,97         | 25        | 3,34          |
| 4                  | Кофейный напиток с молоком                                | 89,5          | 2,99         | 2,52         | 13,58        | 200/8     | 11,24         |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.                   | 31,95         | 1,05         | 0,18         | 6,55         | 16        | 1,36          |
|                    |   | <b>578,28</b> | <b>37,25</b> | <b>16,63</b> | <b>70,45</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Вторник</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Огурцы свежие (порционно)                                 | 8,8           | 0,56         | 0,08         | 1,52         | 80        | 12,40         |
| 2                  | Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хлеб) п/ф | 197,69        | 12,48        | 12,93        | 14,95        | 90/5      | 44,25         |
| 3                  | Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/ *                   | 159,42        | 4,88         | 5,51         | 22,54        | 120/30    | 11,51         |
| 4                  | Чай с лимоном   | 34,39         | 0,06         | 0,01         | 8,2          | 200/7л/8  | 3,09          |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.                   | 44,26         | 1,46         | 0,24         | 9,07         | 22        | 1,87          |
| 6                  | Яблоки резанные дольки 80гр                               | 37,6          | 0,32         | 0,32         | 7,84         | 1шт/80гр  | 34,58         |
|                    |   | <b>482,16</b> | <b>19,76</b> | <b>19,09</b> | <b>64,12</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Среда</b>       |   |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Салат из моркови, сыром с маслом п/ф                      | 80,69         | 2,61         | 5,35         | 5,28         | 80        | 14,58         |
| 2                  | Печень, тушеная в соусе с овощами /ов. п/ф/               | 152,27        | 13,47        | 8,35         | 4,85         | 90        | 38,66         |
| 3                  | Картофельные дольки запеченные п/ф                        | 162,7         | 3            | 5,84         | 24,45        | 150       | 16,59         |
| 4                  | Напиток тёплый из брусники                                | 43,5          | 0,18         | 0,13         | 10,03        | 200/8     | 11,71         |
| 5                  | Йогурт с черникой питьевой 100гр                          | 74            | 2,8          | 2,5          | 11           | 1шт/100гр | 22,75         |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.                   | 38            | 1,25         | 0,21         | 7,79         | 19        | 1,61          |
| 7                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.                       | 53,32         | 1,69         | 0,28         | 11           | 21        | 1,80          |
|                    |   | <b>604,48</b> | <b>25</b>    | <b>22,66</b> | <b>74,4</b>  |           | <b>107,70</b> |
| <b>Четверг</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Огурцы свежие (порционно)                                 | 8,8           | 0,56         | 0,08         | 1,52         | 80        | 12,40         |
| 2                  | Омлет запеченный натуральный                              | 249,36        | 15,78        | 19,39        | 2,91         | 150       | 44,43         |
| 3                  | Какао-напиток молочный с витам. С с зефирками             | 120,3         | 3,92         | 2,95         | 19,38        | 200/8/8   | 37,15         |
| 4                  | Фрукт яблоко свежее                                       | 47            | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 100       | 10,40         |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.                   | 29,82         | 0,98         | 0,16         | 6,11         | 15        | 1,26          |
| 6                  | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный                      | 51,2          | 1,63         | 0,5          | 9,34         | 20        | 2,06          |
|                    |   | <b>506,48</b> | <b>23,27</b> | <b>23,48</b> | <b>49,06</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Пятница</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |   |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Бутерброд с маслом (батон в/с) Сырбогатов                 | 125,67        | 1,87         | 7,94         | 11,66        | 236/10м   | 12,31         |
| 2                  | Рыбные палочки в панировке с маслом                       | 33,9          | 0,02         | 3,75         | 0,03         | 90        | 54,98         |
| 3                  | Картофель отварной (карт. п/ф)                            | 160,22        | 3,25         | 4,7          | 26,16        | 160       | 21,94         |
| 4                  | Чай яблочно-вишневый                                      | 36,71         | 0,04         | 0,04         | 8,97         | 200/8     | 3,47          |
| 5                  | Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр                      | 78            | 3            | 2,5          | 11           | 1шт/100гр | 11,98         |
| 6                  | Хлеб "Абсолют" ржано-пшеничный                            | 27,35         | 0,79         | 0,19         | 5,21         | 11        | 1,19          |
| 7                  | Хлеб пшеничный вит. "Подовый"                             | 40,4          | 1,32         | 0,26         | 9            | 20        | 1,83          |
|                    |   | <b>502,25</b> | <b>10,29</b> | <b>19,38</b> | <b>72,03</b> |           | <b>107,70</b> |

Повар-бригадир *Г*  
 (подпись)

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

Мед. работник *М*  
 (подпись)

Технолог *Фоменко С.В.*  
 (подпись)





71 верждац.  
 Централни  
 И.Н. *Masel*



Директор

**МЕНЮ**

на 30 Января - 3 Февраля 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 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                  | Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл.)   | 426,92        | 21,8         | 15,82        | 48,73        | 250       | 62,38         |
| 3                  | Напиток тёплый из шиповника  | 88,8          | 0,68         | 0,28         | 17,64        | 200/8     | 7,79          |
| 4                  | Фрукт мандарин свежий  | 34,2          | 0,72         | 0,18         | 6,75         | 90        | 14,63         |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.   | 38            | 1,25         | 0,21         | 7,79         | 19        | 1,61          |
| 6                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.  | 69,82         | 2,22         | 0,36         | 14,41        | 28        | 2,36          |
|                    |  | <b>676,94</b> | <b>27,55</b> | <b>17,01</b> | <b>98,36</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Вторник</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Морковь с сахаром п/ф  | 50,63         | 0,96         | 0,07         | 11,28        | 80        | 8,74          |
| 2                  | Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф   | 215,59        | 9,64         | 15,1         | 10,26        | 90/4      | 46,86         |
| 3                  | Пюре картофельное (карт п/ф)   | 146,02        | 3,28         | 4,91         | 22,09        | 150       | 20,57         |
| 4                  | Напиток тёплый из вишни  | 32            |              |              | 7,98         | 200/8     | 5,91          |
| 5                  | Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр  | 74            | 2,8          | 2,5          | 11           | 1шт/100гр | 22,75         |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.   | 33,85         | 1,12         | 0,19         | 6,94         | 17        | 1,43          |
| 7                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.  | 42,84         | 1,36         | 0,22         | 8,84         | 17        | 1,44          |
|                    |  | <b>594,93</b> | <b>19,16</b> | <b>22,99</b> | <b>78,39</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Среда</b>       |  |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*   | 125,67        | 1,87         | 7,94         | 11,66        | 236/10м   | 14,02         |
| 2                  | Джем УРРО 20 гр  | 55,2          | 0,1          |              | 14,32        | 1шт/20гр  | 9,28          |
| 3                  | Запеканка из творога*  | 319,79        | 19,8         | 15,42        | 29,02        | 150       | 58,54         |
| 4                  | Кфейный напиток с молоком  | 89,5          | 2,99         | 2,52         | 13,58        | 200/8     | 11,24         |
| 5                  | Фрукт мандарин свежий  | 34,2          | 0,72         | 0,18         | 6,75         | 90        | 14,62         |
|                    |  | <b>624,36</b> | <b>25,48</b> | <b>26,06</b> | <b>75,33</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Четверг</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Огурцы свежие (порционно)  | 8,8           | 0,56         | 0,08         | 1,52         | 80        | 12,40         |
| 2                  | Рыбные палочки в панировке с маслом  | 33,9          | 0,02         | 3,75         | 0,03         | 90        | 54,98         |
| 3                  | Картофель отварной (карт.п/ф)  | 170,23        | 3,46         | 4,99         | 27,79        | 170       | 23,32         |
| 4                  | Чай с сахаром  | 20,01         |              |              | 4,99         | 200/5     | 1,05          |
| 5                  | Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр   | 78            | 3            | 2,5          | 11           | 1шт/100гр | 11,98         |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.   | 38            | 1,25         | 0,21         | 7,79         | 19        | 1,61          |
| 7                  | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный   | 58,83         | 1,87         | 0,57         | 10,73        | 23        | 2,36          |
|                    |  | <b>407,77</b> | <b>10,16</b> | <b>12,1</b>  | <b>63,85</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Пятница</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |  |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | Салат "Витаминный" (перец сл., капуста пек., лук репч., морковь, сок лим., кукуруза конс., сахар, яблоки св., масло растит.) п/ф | 103,9         | 1,33         | 6,38         | 9,84         | 80        | 19,82         |
| 2                  | Бефстроганов из свинины (лук п/ф)  | 305,45        | 14,35        | 24,74        | 10,92        | 55/50     | 50,48         |
| 3                  | Рис припущенный с овощами /овощи п/ф/  | 187,96        | 3,68         | 6,65         | 34           | 150       | 16,06         |
| 4                  | Напиток тёплый из шиповника  | 88,8          | 0,68         | 0,28         | 17,64        | 200/8     | 7,79          |
| 5                  | Фрукт яблоко свежее  | 47            | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 100       | 10,40         |
| 6                  | Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный   | 36,77         | 1,06         | 0,26         | 7            | 15        | 1,60          |
| 7                  | Хлеб пшеничный вит. "Подовый"  | 34,34         | 1,12         | 0,22         | 7,65         | 17        | 1,55          |
|                    |  | <b>804,22</b> | <b>22,62</b> | <b>38,93</b> | <b>96,85</b> |           | <b>107,70</b> |

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

Мед. работник

Технолог

Фоменко С.В.



Утверждаю:  
 Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 И.Н. *Марад*

Согласовано  
 Директор *Орещев*  
 (подпись)

**МЕНЮ**

на 30 Января - 3 Февраля 2 023 г. 1-Комплекс 138,4 Обед

| № п/п              | Наименование   | Ккал   | Б     | Ж     | У      | Выход       | Цена   |
|--------------------|--|--------|-------|-------|--------|-------------|--------|
| <b>Понедельник</b> |  |        |       |       |        |             |        |
| <b>Обед</b>        |  |        |       |       |        |             |        |
| 1                  | Огурцы свежие (порционно)  | 7,15   | 0,46  | 0,07  | 1,24   | 65          | 10,08  |
| 2                  | Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной отварной, со сметаной и зеленью (овощи п/ф)                 | 114,48 | 4,8   | 7,15  | 10,42  | 200/10/10/1 | 29,14  |
| 3                  | Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)  | 332,36 | 17,66 | 19,14 | 22,61  | 50/150      | 90,58  |
| 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.  | 53,62  | 1,7   | 0,28  | 11,06  | 21          | 1,81   |
|                    |  | 545,61 | 25,88 | 26,85 | 53,33  |             | 138,40 |
| <b>Вторник</b>     |  |        |       |       |        |             |        |
| <b>Обед</b>        |  |        |       |       |        |             |        |
| 1                  | Салат "Витаминный" (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)* | 93,79  | 1,08  | 6,12  | 8,17   | 80          | 15,76  |
| 2                  | Суп картофельный с макаронами, говядиной п. ф.   | 159,37 | 6,99  | 7,15  | 16,92  | 200/15      | 35,02  |
| 3                  | Минтай, запеченный с сыром   | 202,81 | 21,4  | 11    | 4,34   | 100         | 61,53  |
| 4                  | Рис припущенный  | 230,32 | 4,22  | 8,48  | 42,33  | 170         | 14,20  |
| 5                  | Напиток тёплый из изюма  | 88,2   | 0,46  | 0,1   | 21,14  | 200/8       | 9,36   |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич витамин.   | 25,56  | 0,84  | 0,14  | 5,24   | 13          | 1,08   |
| 7                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.  | 42,84  | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17          | 1,45   |
|                    |  | 842,89 | 36,35 | 33,21 | 106,98 |             | 138,40 |
| <b>Среда</b>       |  |        |       |       |        |             |        |
| <b>Обед</b>        |  |        |       |       |        |             |        |
| 1                  | Овощные палочки (огурцы, перец сл.)  | 17     | 0,94  | 0,1   | 3,1    | 60/40       | 30,06  |
| 2                  | Уха по-ростовски с зеленью (овощи п/ф)   | 93,03  | 1,79  | 3,82  | 12,73  | 200/30/1    | 47,51  |
| 3                  | Паستا с соусом карбонара (филе кур) п. ф.  | 348,99 | 13,96 | 18,38 | 32,14  | 200         | 43,63  |
| 4                  | Напиток "Северянка"  | 40,6   | 0,14  | 0,07  | 9,47   | 200/8       | 13,95  |
| 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          | 1,64   |
|                    |  | 585,64 | 19,6  | 22,83 | 75,14  |             | 138,40 |
| <b>Четверг</b>     |  |        |       |       |        |             |        |
| <b>Обед</b>        |  |        |       |       |        |             |        |
| 1                  | Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь., масло растит.) п/ф                                  | 127,6  | 1,68  | 9,21  | 9,4    | 90          | 12,30  |
| 2                  | Суп картофельный с говядиной, гречками п/ф   | 219,57 | 9,55  | 8,68  | 25,91  | 200/20/10   | 46,47  |
| 3                  | Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф   | 291,38 | 14,27 | 21,46 | 17,29  | 90/5        | 54,74  |
| 4                  | Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/  | 153,47 | 4,9   | 4,82  | 22,57  | 150         | 13,41  |
| 5                  | Напиток тёплый из клубники   | 42,25  | 0,2   | 0,1   | 9,86   | 200/8       | 7,51   |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич витамин.   | 38     | 1,25  | 0,21  | 7,79   | 19          | 1,61   |
| 7                  | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный   | 58,83  | 1,87  | 0,57  | 10,73  | 23          | 2,36   |
|                    |  | 931,1  | 33,72 | 45,05 | 103,55 |             | 138,40 |
| <b>Пятница</b>     |  |        |       |       |        |             |        |
| <b>Обед</b>        |  |        |       |       |        |             |        |
| 1                  | Салат из свежей капусты с перцем сладким, зеленью  | 76,65  | 1,35  | 4,33  | 7,86   | 85/1        | 10,32  |
| 2                  | Суп картофельный с рисом. и говядиной п. ф.  | 167,1  | 6,66  | 7,87  | 17,48  | 250/15      | 37,54  |
| 3                  | Котлета "Лакомка" /филе куриное/ с маслом /лук п/ф/  | 213,98 | 14,39 | 17,16 | 7,63   | 90/5        | 53,49  |
| 4                  | Рагу овощное (овощи п/ф)*  | 140,67 | 2,91  | 5,54  | 19,62  | 150         | 21,15  |
| 5                  | Кисель из смородины  | 96,97  | 0,21  | 0,08  | 23,47  | 200         | 12,77  |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич витамин.   | 36     | 1,19  | 0,2   | 7,38   | 18          | 1,52   |
| 7                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.  | 47,14  | 1,5   | 0,24  | 9,73   | 19          | 1,61   |
|                    |  | 778,51 | 28,21 | 35,42 | 93,17  |             | 138,40 |

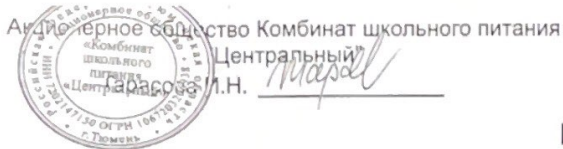
Повар-бригадир *Г*  
 (подпись)

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

Мед работник *ТБ*

Технолог *Фоменко С.В.*





## МЕНЮ

на 30 Января - 3 Февраля 2 023 г. 1-Комплекс 65 Полдник

| № п/п              | Наименование  | Ккал          | Б            | Ж            | У            | Выход     | Цена         |
|--------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|--------------|
| <b>Понедельник</b> |   |               |              |              |              |           |              |
| <b>Полдник</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| 1                  | Кисель из брусники                                      | 97,37         | 0,15         | 0,1          | 23,65        | 200       | 12,45        |
| 2                  | Булочка "Оригинальная" (Пекарский цех) 50 гр            | 210,87        | 3,46         | 5,57         | 36,73        | 50        | 7,90         |
| 3                  | Фрукт груша свежая                                      | 68,69         | 0,65         | 5,79         | 17,99        | 164       | 44,65        |
|                    |   | <b>376,93</b> | <b>4,26</b>  | <b>11,46</b> | <b>78,37</b> |           | <b>65,00</b> |
| <b>Вторник</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| <b>Полдник</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| 1                  | Молочный коктейль Три Коровы 200мл                      |               |              |              |              | 1шт/200мл | 38,22        |
| 2                  | Крендель "Сахарный" (Пекарский цех)                     | 392,99        | 5,54         | 17,24        | 53,1         | 80        | 12,16        |
| 3                  | Фрукт мандарин свежий                                   | 34,19         | 0,72         | 0,18         | 6,75         | 90        | 14,62        |
|                    |   | <b>427,18</b> | <b>6,26</b>  | <b>17,42</b> | <b>59,85</b> |           | <b>65,00</b> |
| <b>Среда</b>       |   |               |              |              |              |           |              |
| <b>Полдник</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| 1                  | Напиток "Ягодное лукошко"(смородина, клубника, клюква)  | 41,98         | 0,21         | 0,09         | 9,64         | 200/8     | 11,45        |
| 2                  | Сырная палочка (Пекарский цех) сметана 15%              | 275,59        | 6,83         | 17,28        | 23,99        | 50        | 17,28        |
| 3                  | Фрукт банан свежий                                      | 218,82        | 3,42         | 1,14         | 49,01        | 228       | 36,27        |
|                    |   | <b>536,39</b> | <b>10,46</b> | <b>18,51</b> | <b>82,64</b> |           | <b>65,00</b> |
| <b>Четверг</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| <b>Полдник</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| 1                  | Кефир с малиновым вареньем                              | 127,46        | 5,56         | 4,78         | 14,09        | 190/10    | 24,68        |
| 2                  | Бисквитный рулет "Сластёна" (Пекарский цех)             | 259,33        | 6,38         | 6,48         | 46,11        | 75        | 22,70        |
| 3                  | Фрукт киви свежее                                       | 43,93         | 0,75         | 0,37         | 7,57         | 93        | 17,62        |
|                    |   | <b>430,72</b> | <b>12,69</b> | <b>11,63</b> | <b>67,77</b> |           | <b>65,00</b> |
| <b>Пятница</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| <b>Полдник</b>     |   |               |              |              |              |           |              |
| 1                  | Напиток "Тюменский туюсок"(клюква, брусника, смородина) | 41,6          | 0,17         | 0,09         | 9,54         | 200/8     | 13,39        |
| 2                  | Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр             | 316,32        | 7,35         | 15,97        | 34,9         | 60        | 17,59        |
| 3                  | Фрукт апельсин свежий                                   | 90,4          | 1,9          | 2,14         | 23,79        | 238       | 34,02        |
|                    |   | <b>448,32</b> | <b>9,42</b>  | <b>18,2</b>  | <b>68,23</b> |           | <b>65,00</b> |

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
(подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_  
(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник \_\_\_\_\_  
(подпись)

Технолог \_\_\_\_\_  
(подпись) Фоменко С.В.



утверждаю:

Администрация Центрального Комбината школьного питания

И.Н. Масал

Согласовано:

Директор



(подпись)

### МЕНЮ

на 3 Февраля 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

| № п/п          | Наименование  | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | Цена   |
|----------------|---|----------|-------|-------|--------|---------------|--------|
| Пятница        |   |          |       |       |        |               |        |
| <b>Завтрак</b> |   |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Блинчики с вареной сгущенкой                        | 209,98   | 56    | 7,6   | 22,4   | 1шт/80        | 28,92  |
| 2              | Каша молочная рисовая с маком и клубничным вареньем | 306,77   | 5,74  | 11,23 | 45,31  | 200/20        | 32,52  |
| 3              | Кофейный напиток с молоком                          | 89,5     | 2,99  | 2,52  | 13,58  | 200/8         | 11,24  |
| 4              | Напиток кисломолочный "Ряженка"                     | 102      | 6     | 5     | 8,4    | 200           | 17,50  |
|                |   | 708,25   | 70,73 | 26,35 | 89,69  |               | 90,18  |
| <b>Обед</b>    |   |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Салат из свежей капусты с перцем сладким, зеленью   | 54,02    | 0,95  | 3,06  | 5,54   | 60/0,5 з      | 7,20   |
| 2              | Суп картофельный с рисом. и говядиной п.ф.          | 161,76   | 7,72  | 8,36  | 14,04  | 200/20        | 41,84  |
| 3              | Котлета "Лакомка" /филе куриное/ с маслом /лук п/ф/ | 213,98   | 14,39 | 17,16 | 7,63   | 90/5          | 53,49  |
| 4              | Рагу овощное (овощи п/ф)*                           | 140,67   | 2,91  | 5,54  | 19,62  | 150           | 21,15  |
| 5              | Кисель из смородины                                 | 96,97    | 0,21  | 0,08  | 23,47  | 200           | 12,77  |
| 6              | Фрукт киви свежее                                   | 42,3     | 0,72  | 0,36  | 7,29   | 90            | 16,97  |
| 7              | Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный                    | 24,82    | 0,72  | 0,18  | 4,72   | 10            | 1,08   |
| 8              | Хлеб пшеничный вит. "Подовый"                       | 31,3     | 1,02  | 0,2   | 6,97   | 15            | 1,42   |
|                |   | 765,82   | 28,64 | 34,94 | 89,28  |               | 155,92 |
|                |   | 1 474,07 | 99,37 | 61,29 | 178,97 | Итого за день | 246,10 |

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.









Андреевское общество Комбинат школьного питания  
Центральный  
Л.Н. Масал

Согласовано  
Директор С.С. Селев  
(подпись)

### МЕНЮ

на 30 - 31 Января 2023 г. 1-Комплекс 246,1 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             | 14,53         |
| 2                  | Сырники из творога п/ф   | 332,71          | 28,84        | 10,2         | 32,23         | 150                  | 77,23         |
| 3                  | Соус вишнёвый  | 24,65           | 0,02         | 0,06         | 5,97          | 25                   | 3,34          |
| 4                  | Кофейный напиток с молоком   | 89,5            | 2,99         | 2,52         | 13,58         | 200/8                | 11,24         |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.  | 32              | 1,06         | 0,18         | 6,56          | 16                   | 1,36          |
|                    |  | <b>578,33</b>   | <b>37,26</b> | <b>16,63</b> | <b>70,46</b>  |                      | <b>107,70</b> |
| <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, говядиной отварной, со сметаной и зеленью (овощи п/ф)                 | 129,99          | 5,15         | 7,91         | 12,2          | 250/10/10/0,5<br>з   | 31,57         |
| 3                  | Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)  | 297,92          | 14,73        | 16,62        | 22,53         | 40/150               | 76,09         |
| 4                  | Напиток витаминизированный   |                 | 0,01         |              | 0,21          | 200                  | 5,18          |
| 5                  | Фрукт яблоко свежее  | 47              | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 100                  | 10,40         |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.  | 30,77           | 1,02         | 0,17         | 6,31          | 15                   | 1,30          |
| 7                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.  | 42,84           | 1,36         | 0,22         | 8,84          | 17                   | 1,46          |
|                    |  | <b>557,32</b>   | <b>23,23</b> | <b>25,4</b>  | <b>61,41</b>  |                      | <b>138,40</b> |
|                    |  | <b>1 135,65</b> | <b>60,49</b> | <b>42,03</b> | <b>131,87</b> | <b>Итого за день</b> | <b>246,10</b> |
| <b>Вторник</b>     |  |                 |              |              |               |                      |               |
| <b>Завтрак</b>     |  |                 |              |              |               |                      |               |
| 1                  | Бутерброд с джемом (батон пш н)  | 114,77          | 1,87         | 0,69         | 25,84         | 236/20 дж            | 10,20         |
| 2                  | Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом  | 247,27          | 7,47         | 7,47         | 37,4          | 200/5                | 17,92         |
| 3                  | Напиток кисломолочный "Снежок"   | 156             | 6            | 5            | 22            | 200                  | 19,38         |
| 4                  | Чай яблочно-клубничный   | 38,76           | 0,08         | 0,06         | 9,34          | 200/8                | 3,79          |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.  | 38              | 1,25         | 0,21         | 7,79          | 19                   | 1,60          |
|                    |  | <b>594,8</b>    | <b>16,67</b> | <b>13,43</b> | <b>102,37</b> |                      | <b>52,89</b>  |
| <b>Обед</b>        |  |                 |              |              |               |                      |               |
| 1                  | Салат "Витаминный" (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)* | 93,79           | 1,08         | 6,12         | 8,17          | 80                   | 15,76         |
| 2                  | Суп картофельный с макаронами, говядиной п.ф.  | 203,6           | 9,11         | 9,26         | 21,17         | 250/20               | 45,62         |
| 3                  | Минтай, запеченный с сыром   | 202,81          | 21,4         | 11           | 4,34          | 100                  | 61,53         |
| 4                  | Рис припущенный  | 203,23          | 3,73         | 7,48         | 37,35         | 150                  | 12,53         |
| 5                  | Напиток тёплый из изюма  | 88,2            | 0,46         | 0,1          | 21,14         | 200/8                | 9,36          |
| 6                  | Фрукт груша свежая   | 69,3            | 0,66         | 5,84         | 18,15         | 165                  | 45,05         |
| 7                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.  | 39,1            | 1,29         | 0,22         | 8,02          | 20                   | 1,65          |
| 8                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.  | 50,4            | 1,6          | 0,26         | 10,4          | 20                   | 1,71          |
|                    |  | <b>950,43</b>   | <b>39,33</b> | <b>40,28</b> | <b>128,74</b> |                      | <b>193,21</b> |
|                    |  | <b>1 545,23</b> | <b>56</b>    | <b>53,71</b> | <b>231,11</b> | <b>Итого за день</b> | <b>246,10</b> |

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.