

## МЕНЮ

на 13 - 17 Март 2023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Паста с соусом карбонара с филе курицы п/ф	370,11	14,51	12,02	50,49	40/160	50,18
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Сок груша "Фруто няня" 200 мл					1шт/200мл	33,91
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	49,49	1,57	0,26	10,21	20	1,69
		506,8	17,68	12,42	80,4		107,70
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из свеклы с маслом растительным* п/ф	70,23	1,22	4,08	7,18	80	9,86
2	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом лук п/ф	291,38	14,27	21,46	17,29	90/5	54,74
3	Картофель тушенный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
4	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	35,65	1,13	0,18	7,36	14	1,20
		693,51	23,38	34,15	79,96		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом (батон в/с) Сыробогаот	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	12,31
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр					2шт/7гр	9,88
3	Залепанка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем*	431,49	18,07	18,31	49,62	150	61,11
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	46,2	1,36	0,67	8,02	20	2,76
		739,86	24,69	29,84	92,68		107,70
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Рыбные палочки	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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	69,53	2,21	0,36	14,35	28	2,36
		418,47	10,5	11,89	67,47		107,70
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	60,52	0,01	6,67	0,01	80	11,31
2	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	345,12	15,8	28,09	13,11	60/60	56,26
3	Рис припущенный м.р	258,87	4,41	10,7	44,73	180	10,25
4	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	47,36	1,51	0,46	8,64	19	1,90
7	Фрукт апельсин свежий	40,4	1,04	1,17	13	130	18,58
		889,07	24,7	47,58	104,92		107,70

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)









Утверждаю:

Актинское общество Комбинат школьного питания  
Центральный  
И.Н. Масал

Согласовано:

Директор

(подпись)

**МЕНЮ**

на 13 - 17 Март 2 023 г. 1-Комплекс 138,4 Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Обед</b>							
1	Помидоры и огурцы свежие (порционные)	17,5	0,9	0,15	2,85	50/50	19,61
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью (ов.п/ф)	149,58	7,8	9,73	10,5	200/20/10/1	43,91
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной о.п.ф	330,34	14,81	19,82	22,22	50/150	54,26
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 "Баварский" ржано-пшеничный	55,57	1,63	0,8	9,65	24	3,32
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,72
		<b>650,39</b>	<b>27,15</b>	<b>31,16</b>	<b>65,63</b>		<b>138,40</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" (капуста пекин, огурцы, томаты, яблоки, лук зел., с маслом)*	93,79	1,08	6,12	8,17	80	15,76
2	Суп картоф. с макаронами и говядиной ов.п/ф	186,05	7,61	7,97	21,13	250/15	38,23
3	Минтай, запеченный с сыром	202,81	21,4	11	4,34	100	61,53
4	Рис припущенный м.р	258,87	4,41	10,7	44,73	180	10,25
5	Напиток теплый из изюма	88,2	0,46	0,1	21,14	200/8	9,36
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	48,9	1,55	0,25	10,09	19	1,66
		<b>916,62</b>	<b>37,76</b>	<b>36,35</b>	<b>117,39</b>		<b>138,40</b>
<b>Среда</b>							
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец)	20	0,96	0,12	3,48	40/40	29,93
2	Уха по-ростовски с зеленью (ов. п/ф)	93,03	1,79	3,82	12,73	200/30/1	47,51
3	Фарфале с филе куриным в соусе, сыром	276,53	15,92	7,82	36,02	40/160	42,95
4	Напиток "Северянка"	40,6	0,14	0,07	9,47	200/8	13,95
5	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,36
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	28,45	0,84	0,41	4,94	12	1,70
		<b>518,18</b>	<b>21,42</b>	<b>12,93</b>	<b>78,16</b>		<b>138,40</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Обед</b>							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь., масло растит.) п/ф	141,78	1,87	10,24	10,45	100	13,67
2	Суп картофельный с говядиной, гречками п/ф	245,11	10,07	9,5	29,91	250/20/10	50,22
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 м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток теплый из клубники	42,25	0,2	0,1	9,86	200/8	7,51
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	28,4	0,94	0,16	5,82	14	1,20
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>957,13</b>	<b>33,56</b>	<b>47,87</b>	<b>104,67</b>		<b>138,40</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Обед</b>							
1	Салат из кваш. капусты, луком зел. с маслом	68,37	0,01	7,53	0,02	90	12,73
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	142,39	5,15	7,29	16,78	200/10/10	34,54
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.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	52,6	1,67	0,51	9,59	21	2,11
		<b>752,98</b>	<b>25,59</b>	<b>38,32</b>	<b>84,9</b>		<b>138,40</b>

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

Мед. работник

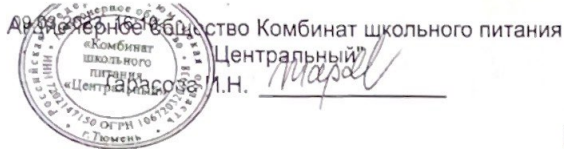
(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.





Директор



### МЕНЮ

на 13 - 17 Март 2 023 г. 1-Комплекс 65 Полдник

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Полдник</b>							
1	Кисель вишня/лимон	167,41	0,07	0,01	41,3	200	19,44
2	Рулет шоколадно-сливочный (Пекарский цех)*	265,04	6,98	6,84	46,13	75	26,97
3	Фрукт апельсин свежий	49,4	1,04	1,17	13	130	18,59
		<b>481,85</b>	<b>8,09</b>	<b>8,02</b>	<b>100,43</b>		<b>65,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Полдник</b>							
1	Напиток "Вкус лета из ягод"	38,3	0,13	0,06	9,1	200/8	7,79
2	Булочка "Фантазия" (Пекарский цех) 50 гр	199,03	3,9	5,8	32,19	50	11,27
3	Фрукт груша свежая	70,68	0,67	5,96	18,51	168	45,94
		<b>308,01</b>	<b>4,7</b>	<b>11,82</b>	<b>59,8</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%	275,37	6,83	17,25	23,99	50	17,28
3	Фрукт банан свежий	218,82	3,42	1,14	49,01	228	36,27
		<b>536,17</b>	<b>10,46</b>	<b>18,48</b>	<b>82,64</b>		<b>65,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Полдник</b>							
1	Напиток из кураги	79,56	1,07	0,06	18,44	200/20,5/8	9,73
2	Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр	300,37	7,24	15,87	31,25	60	16,89
3	Пюре яблочное "Мими Мишки" 90 гр					1шт/90гр	38,38
		<b>379,93</b>	<b>8,31</b>	<b>15,93</b>	<b>49,69</b>		<b>65,00</b>
<b>Пятница</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>

Повар-бригадир

\_\_\_\_\_ (подпись)

Экономист по ценам

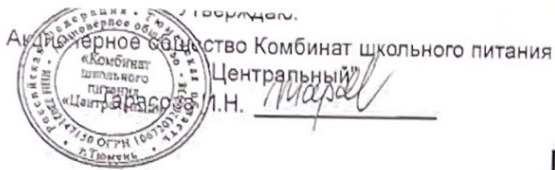
\_\_\_\_\_ Богомолова Е.Н. (подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_ (подпись)

Технолог

\_\_\_\_\_ Фоменко С.В. (подпись)



## МЕНЮ

на 15 - 16 Март 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон в/с) Сырбогатов	161,98	4,28	10,89	11,69	23/10/10	20,39
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	221,27	6,69	8,75	29,06	200/6	25,57
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Фрукт банан свежий	211,2	3,3	1,1	47,3	220	35,02
		<b>672,85</b>	<b>15,31</b>	<b>20,8</b>	<b>106,23</b>		<b>90,50</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец)	19,7	0,93	0,14	3,32	55/25	25,81
2	Уха по-ростовски с зеленью (ов. п/ф)	93,03	1,79	3,82	12,73	200/50/1	67,68
3	Фарфале с филе куриным в соусе, сыром	276,53	15,92	7,82	36,02	40/160	42,95
4	Напиток "Северянка"	40,6	0,14	0,07	9,47	200/8	13,95
5	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,36
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,94	1,41	0,69	8,32	20	2,85
		<b>537,37</b>	<b>21,96</b>	<b>13,23</b>	<b>81,38</b>		<b>155,60</b>
		<b>1 210,22</b>	<b>37,27</b>	<b>34,03</b>	<b>187,61</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</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	Омлет запеченный натуральный	249,36	15,78	19,39	2,91	150	44,43
3	Какао-напиток Панда с молоком	74,78	3,16	2,68	9,38	200	14,24
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,58
		<b>525,41</b>	<b>22,38</b>	<b>30,54</b>	<b>39,58</b>		<b>108,88</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь., масло растит.) п/ф	113,42	1,49	8,19	8,36	80	10,93
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	245,11	10,07	9,5	29,91	250/20/10	50,22
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 м.р п/ф	187,42	5,5	7,02	25,5	170	10,90
5	Напиток тёплый из клубники	42,25	0,2	0,1	9,86	200/8	7,51
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	34,9	1,15	0,19	7,15	17	1,47
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>957,32</b>	<b>34,04</b>	<b>46,68</b>	<b>106,91</b>		<b>137,22</b>
		<b>1 482,73</b>	<b>56,42</b>	<b>77,22</b>	<b>146,49</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
(подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_ Грицюк О.М.  
(подпись)

Мед. работник \_\_\_\_\_  
(подпись)

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



09.03.2023

утверждаю:

v8\_CA93\_2c8.pdf

Согласовано:

Аудиторское общество Комбинат школьного питания

Центральный  
г. Барнаул

И.Н.

Директор

(подпись)

**МЕНЮ**

на 13 - 14 Март 2 023 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 (тост.хл,огур,сыр Сулугуни)	94,27	4,53	3,15	9,49	17/15/13	16,56
2	Сырники из творога п/ф	332,71	28,84	10,2	32,23	150	77,23
3	Соус вишнёвый	19,72	0,01	0,05	4,77	20	2,67
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	46,48	1,36	0,67	8,07	20	2,78
		<b>582,68</b>	<b>37,73</b>	<b>16,59</b>	<b>68,14</b>		<b>110,48</b>
<b>Обед</b>							
1	Помидоры и огурцы свежие (порционные)	15,3	0,76	0,13	2,47	50/30	16,51
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью (ов.п/ф)	149,58	7,8	9,73	10,5	200/20/10/1	43,91
3	Жаркое "По-домашнему" со свининой ов.п/ф	330,34	14,81	19,82	22,22	50/150	54,26
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 "Баварский" ржано-пшеничный	61,08	1,79	0,88	10,6	26	3,65
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,71
		<b>653,7</b>	<b>27,17</b>	<b>31,22</b>	<b>66,2</b>		<b>135,62</b>
		<b>1 236,38</b>	<b>64,9</b>	<b>47,81</b>	<b>134,34</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	235/20 дж	10,20
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	273,44	5,71	8,31	43,01	200/7	21,76
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>620,97</b>	<b>14,91</b>	<b>14,27</b>	<b>107,98</b>		<b>56,73</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" (капуста пекин, огурцы, томаты, яблоки, лук зел., с маслом)*	93,79	1,08	6,12	8,17	80	15,76
2	Суп картоф. с макаронами и говядиной ов.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 м.р	215,72	3,68	8,92	37,28	150	8,54
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.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	56,27	1,79	0,29	11,61	22	1,90
		<b>967,69</b>	<b>39,43</b>	<b>41,74</b>	<b>129,65</b>		<b>189,37</b>
		<b>1 588,66</b>	<b>54,34</b>	<b>56,01</b>	<b>237,63</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 «Комбинат школьного питания Центральный»  
 г.Томск  
 И.Н. Masel

Согласовано.  
 Директор [Подпись]  
 (подпись)

**МЕНЮ**

на 17 Март 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная "Дружба" с маслом	231,84	5,37	10,4	29,06	200/10	22,70
2	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200	11,24
3	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	17,49
4	Блинчики с вареной сгущенкой	209,98	56	7,6	22,4	1шт/80	28,93
		<b>633,32</b>	<b>70,36</b>	<b>25,52</b>	<b>73,44</b>		<b>80,36</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из кваш.капусты, луком зел. с маслом	60,77	0,01	6,69	0,01	80	11,31
2	Рассольник "Ленинградский"с говядиной со сметаной п/ф	200,3	8,61	10,67	20,26	250/20/10	53,41
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 яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	26,98	0,89	0,15	5,53	13	1,14
8	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,07
		<b>837,87</b>	<b>29,05</b>	<b>41,19</b>	<b>95,66</b>		<b>165,74</b>
		<b>1 471,19</b>	<b>99,41</b>	<b>66,71</b>	<b>169,1</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир [Подпись]  
 (подпись)

Экономист по ценам [Подпись] Грицко О.М.

Мед. работник [Подпись]  
 (подпись)

Технолог [Подпись] Фоменко С.В.  
 (подпись)