

Утверждаю:  
 Аудиторское общество Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 М.Н. *Масел*

Согласовано:  
 Директор *Грицок С.М.*  
 (подпись)

## МЕНЮ

на 6 - 10 Март 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>6.03 Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики Жульен куриный с сыром	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	56,12
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	211,89	5,16	6,57	32,89	200/5	19,13
3	Какао-напиток Панда с молоком	74,78	3,16	2,68	9,38	200	14,24
4	Фрукт апельсин свежий	48,39	1,02	1,15	12,73	127	18,21
		545,04	65,34	18	77,4		107,70
<b>7.03 Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Поджарка из свинины /лук п/ф/	418,6	16,43	35,82	6,4	60/40	59,69
3	Картофель отварной( кар п/ф)	150,2	3,05	4,41	24,52	150	20,57
4	Напиток тёплый из брусники	43,5	0,18	0,13	10,03	200/8	11,71
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,56
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	51,85	1,65	0,27	10,7	21	1,77
		713,35	23,17	40,93	61,47		107,70
<b>9.03 Четверг</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	Омлет запеченный натуральный	274,29	17,36	21,33	3,2	165	48,66
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	40,34	1,18	0,58	7	17	2,41
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,56
		556,3	21,77	30,23	47,88		107,70
<b>10.03 Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат Греческий сыром адыгейским с маслом	83,97	0,62	8,08	2,03	80	24,16
2	Минтай запеченный с маслом	175,57	17,81	11,93	8,96	90/5	52,58
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	199,74	3,63	8	33,93	150	12,30
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 "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	47,14	1,5	0,24	9,73	19	1,60
		659,13	27,85	31	82,41		107,70

Повар-бригадир *Г*  
 (подпись)

Экономист по ценам *Грицок С.М.*  
 (подпись)

Мед. работник *М*  
 (подпись)

Технолог *Фоменко С.В.*  
 (подпись)





Утверждаю:

Администрация городского округа  
 Центральный район  
 Комбинат школьного питания  
 г. Анжеро-Судженск  
 И.Н. Масал

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 6 - 10 Март 2 023 г. 2-Комплексе 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>6.03 Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	19,07
2	Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	137,3	12,05	8,1	3,83	55/40	49,53
3	Рис припущенный м.р	244,49	4,17	10,11	42,25	170	9,68
4	Чай яблочно-вишневый	36,71	0,04	0,04	8,97	200/8	3,47
5	Круассан мини 25 гр	81,5	1,9	4	9	1шт/25гр	24,00
6	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	48,49	1,53	0,26	10	22	1,95
		680,66	26,28	29,1	85,63		107,70
<b>7.03 Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша пшеничная молочная с бананом	292,28	8,08	8,39	46,01	200/40	31,66
2	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
3	Блинчики с вареной сгущенкой	209,98	56	7,6	22,4	1шт/80	28,92
4	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	33,41	1,07	0,18	6,86	17	1,29
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,59
		662,77	68,46	19,01	96,69		107,70
<b>9.03 Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат Греческий сыром адыгейским с маслом	83,97	0,62	8,08	2,03	80	24,16
2	Фарфале с филе куриным в соусе, сыром п/ф	279,77	16,85	7,94	35,6	45/155	46,22
3	Чай яблочно-брусничный	39,01	0,06	0,07	9,38	200/8	4,63
4	Мороженое молочное ванильное "Жужа" 55 гр					1 шт/55 гр	29,05
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,40
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	59,41	1,73	0,78	9,57	18	2,24
		485,66	19,97	17,21	60,66		107,70
<b>10.03 Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из свеклы с сыром Адыгейский с маслом п/ф	66,75	1,1	4,07	6,45	80	12,49
2	Тертели мясные (говядина, свинина) п/ф	258,29	10,91	18,37	12,05	90	44,15
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
5	Йогурт с черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	65,99	2,09	0,34	13,62	26	2,24
		756,53	21,9	31,62	93,41		107,70

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.





## МЕНЮ

на 6 - 10 Март 2 023 г. 1-Комплекс 138,4 Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>6.03 Понедельник</b>							
Обед							
1	Помидоры и огурцы свежие (порционные)	16,3	0,85	0,14	2,66	45/50	18,43
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	178,63	8,13	10,45	15,8	250/20/10	49,10
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	222,2	9,64	15,83	10,28	90/5	47,80
4	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
6	Хлеб "Рябинushка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,71
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	42,77	1,35	0,23	8,82	19	1,72
		805,47	28,23	31,37	104,5		138,40
<b>7.03 Вторник</b>							
Обед							
1	Винегрет овощной с луком зеленым ов.п/ф	99,18	0,94	8,11	5,13	80	17,72
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	183,71	4,86	13,31	10,89	250	31,74
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	192,05	15,74	13,11	8,95	90	68,09
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток тёплый из смородины с яблоком	50,5	0,22	0,16	11,65	200/8	9,12
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,78
7	Хлеб "Рябинushка" пшеничный витамин.	39,48	1,25	0,2	8,15	16	1,34
		750,49	28,51	41,19	71,42		138,40
<b>9.03 Четверг</b>							
Обед							
1	Салат из отварной моркови, сыром с маслом п/ф	81,49	2,64	5,35	5,44	80	14,83
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	165,2	5,62	8,09	20,18	250/10/10	38,64
3	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	288,43	13,17	23,41	10,92	50/50	46,88
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	175,22	3,94	5,89	26,51	180	24,68
5	Напиток из клубники	42,25	0,2	0,1	9,86	200/8	7,51
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	81,25	2,37	1,06	13,09	25	3,05
		880,84	29,32	44,58	94,16		138,40
<b>10.03 Пятница</b>							
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец сл.) с масл.раст.	63,45	0,88	5,12	3,13	50/25/5	25,53
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/ (овощи п/ф)	78,18	1,56	2,61	12,05	200/30	43,09
3	Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хлеб) п/ф	197,69	12,48	12,93	14,95	90/5	44,25
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
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 "Рябинushка" пшеничный витамин.	45,37	1,44	0,23	9,36	18	1,54
		685,03	22,67	27,37	93,25		138,40

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.



Утверждаю:  
 Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 Центральный



И.Н. Марад

Согласовано:

Директор

(подпись)

**МЕНЮ**

на 6 - 10 Март 2 023 г. 1-Комплекс 65 Полдник

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>6.03 Понедельник</b>							
Полдник							
1	Молочный коктейль Три Коровы 200мл					1шт/200мл	38,22
2	Рогалик с повидлом (Пекарский цех)	288,39	4,52	14,24	35,1	70	8,64
3	Фрукт киви свежее	45,23	0,77	0,38	7,79	96	18,14
		333,62	5,29	14,62	42,89		65,00
<b>7.03 Вторник</b>							
Полдник							
1	Напиток теплый из клюквы и вишни	42	0,09	0,13	9,77	200/8	12,41
2	Кекс "Городской"(Пекарский цех) 75 гр	344,75	4,3	17,04	42,97	75	17,79
3	Фрукт банан свежий	209,95	3,28	1,09	47,02	219	34,80
		596,7	7,67	18,26	99,76		65,00
<b>9.03 Четверг</b>							
Полдник							
1	Напиток кисломолочный "Ряженка" с вареньем из малины	123,66	5,75	4,78	14,47	190/10	25,94
2	Бисквитный рулет "Сластёна" (Пекарский цех)	275,75	6,79	6,89	49,03	80	24,14
3	Фрукт мандарин свежий	34,91	0,74	0,18	6,89	92	14,92
		434,32	13,28	11,85	70,39		65,00
<b>10.03 Пятница</b>							
Полдник							
1	Напиток из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
2	Булочка "Домашняя" (Пекарский цех) 50 гр мс	194,5	3,87	6,02	30,59	50	9,96
3	Фрукт груша свежая	70,02	0,67	5,9	18,34	167	45,52
		342,92	5,58	11,98	67,11		65,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.





## МЕНЮ

на 6 - 7 Март 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>6.03 Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики Жульен куриный с сыром	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	56,12
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	211,89	5,16	6,57	32,89	200/5	19,13
3	Какао-напиток Панда с молоком	74,78	3,16	2,68	9,38	200	14,24
4	Кефир	106	5,8	5	8	200	16,42
		602,65	70,12	21,85	72,67		105,91
<b>Обед</b>							
1	Помидоры и огурцы свежие (порционные)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,69
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	178,63	8,13	10,45	15,8	250/20/10	49,10
3	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
4	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	32,19	1,02	0,17	6,64	15	1,30
		864,61	31,8	37,1	106,85		140,19
		1 467,26	101,92	68,96	179,52	Итого за день	246,10
<b>7.03 Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша пшеничная молочная с бананом	292,28	8,08	8,39	46,01	200/40	31,66
2	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
3	Блинчики с вареной сгущенкой	209,98	56	7,6	22,4	1шт/80	28,92
4	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	19,65	0,63	0,11	4,04	10	0,76
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,59
		649,01	68,02	18,94	93,87		107,17
<b>Обед</b>							
1	Винегрет овощной с луком зеленым ов.п/ф	89,18	0,94	8,11	5,13	80	17,72
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	183,71	4,86	13,31	10,89	250	31,74
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	192,05	16,74	13,11	8,95	90	68,09
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток тёплый из смородины с яблоком	50,5	0,22	0,16	11,65	200/8	9,12
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	31,63	1,02	0,17	0,5	16	1,22
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,07	1,34	0,22	8,68	17	1,43
		764,51	28,97	41,27	74,3		138,93
		1 413,52	96,99	60,21	168,17	Итого за день	246,10

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_ Богомолова Е.Н.

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

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





## МЕНЮ

на 9 - 10 Март 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>9.03 Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом (батон в/с) Сырбогатов	125,67	1,87	7,94	11,66	235/10м	12,31
2	Омлет запеченный натуральный	249,36	15,78	19,39	2,91	150	44,43
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	24,06	0,71	0,35	4,18	10	1,44
		524,49	19,8	28,14	46,73		78,10
<b>Обед</b>							
1	Салат из отварной моркови, сыром с маслом п/ф	81,49	2,64	5,35	5,44	80	14,83
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	174,72	6,97	8,63	18,67	250/15/5	44,36
3	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	288,43	13,17	23,41	10,92	50/50	46,88
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,02	3,28	4,91	22,09	150	20,57
5	Напиток из клубники	42,25	0,2	0,1	9,86	200/8	7,51
6	Мороженое молочное ванильное "Жужа" 55 гр					1 шт/55 гр	29,05
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	39	1,15	0,56	6,77	17	2,33
8	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,47
		837,71	29,33	43,82	84,35		168,00
		1 362,2	49,13	71,96	131,08	Итого за день	246,10
<b>10.03 Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	19,06
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,66	6,68	8,02	29,04	200/5	24,63
3	Чай с лимоном	34,39	0,06	0,01	8,2	200/7л	3,09
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	1 шт/100 г	38,35
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		599,22	22,58	24,83	69,61		86,74
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец сл.) с масл. раст.	63,45	0,88	5,12	3,13	50/25/5	25,53
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/ (овощи п/ф)	78,18	1,56	2,61	12,05	200/50	64,12
3	Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хлеб) п/ф	197,69	12,48	12,93	14,95	90/5	44,25
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,31	1,37	0,22	8,94	17	1,47
		682,97	22,6	27,36	92,83		159,36
		1 282,19	45,18	52,19	162,44	Итого за день	246,10

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
(подпись)

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

Мед. работник \_\_\_\_\_  
(подпись)

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