

МЕНЮ

на 19 - 20 Сентября 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)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,54
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	227,17	5,64	3,24	42,92	200/5	17,97
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Йогурт со злаками черничкой питьевой 100гр					1шт/100гр	22,75
		427,74	13,51	9,86	70,02		70,27
Обед							
1	Помидоры свежие порционно	16,8	0,77	0,14	2,66	70	16,56
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	142,37	8,03	6,52	14,95	250/20/8	48,11
3	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	165,94	6,77	12,92	5,54	60/5	33,34
4	Макаронные изделия отварные*	182,07	5,57	0,59	38,29	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.	34,79	1,15	0,19	7,13	17	1,47
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		689,97	24,6	21,14	97,55		119,33
		1 117,71	38,11	31	167,57	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	59,57	1,77	0,69	11,52	23 6/10 м	12,31
2	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом*	117,59	4,22	3	18,27	200/5	17,66
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Мармелад жеват. fruttella Tom&Jerry 10гр					1шт/10	16,96
5	Фрукт нектарин свежий	52,8	1,32	0,36	10,68	120	20,28
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	31,24	1,03	0,17	6,4	16	1,32
		358,7	11,33	6,74	62,44		80,00
Обед							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	94,23	1,05	5,98	8,59	75	16,50
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	117,61	4,76	6,06	10,75	250	31,00
3	Бедро куриное запеченное	254,84	16,29	20,66		100	41,43
4	Гречка отварная с овощами п/ф	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
5	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	35,5	1,17	0,2	7,28	18	1,50
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		735,91	29,48	36,82	69,94		109,60
		1 094,61	40,81	43,56	132,38	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)

Утверждаю:

Администрация Центрального Комбината школьного питания

Согласовано:

Директор

(подпись)

О.В. Фокина

МЕНЮ

на 19 - 23 Сентября 2 022 г. 2-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	117,62	5,55	5,15	12,14	23/15/15	18,58
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	227,17	5,64	3,24	42,92	200/10	22,34
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Йогурт со злаками черники питьевой 100гр					1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	31,24	1,03	0,17	6,4	16	1,32
		477,13	15,74	11,51	76,44		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Овощные палочки (огурцы)	4,93	0,31	0,04	0,85	45	6,97
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,25
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150	20,21
4	Напиток из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	27,22	0,9	0,15	5,58	14	1,15
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		451,16	15,96	18,72	53,63		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	37,97	0,72	0,06	8,46	60	6,55
2	Фрикасе из филе куриного п/ф	129,2	13,07	7,54	7,39	75	56,42
3	Гречка отварная с овощами * п/ф	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	39,95	1,17	0,58	6,94	17	2,39
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	49,2	1,56	0,25	10,15	20	1,67
		439,22	21,37	12,13	65,42		80,00
Четверг							
Завтрак							
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 натуральный, запеченный с сыром	230,03	17,16	16,88	2,37	135	48,21
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
4	Фрукт слива свежая	29,9	0,46	0,18	6,51	65	9,30
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	51,36	1,69	0,28	10,53	26	2,16
		467,66	21,76	18,31	50,57		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат в стиле греческий	96,02	0,71	9,08	2,71	80	16,00
2	Минтай, запеченный с сыром	142,99	15,58	7,51	3,12	75	44,33
3	Рис припущенный					150	12,18
4	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	22,25	0,73	0,12	4,56	11	0,94
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		359,11	18,46	17	32,6		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

Утверждаю:

Согласовано:

Андрей Сергеевич Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н. *Иванов*

Директор

(подпись)

О.И. Попова

МЕНЮ

на 19 - 23 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	114,02	5,39	5,12	11,57	23/15	15,03
2	Плов из куриного филе (овощи п/ф)	154,93	8,73	12,26	2,32	40/150	40,99
3	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200	4,25
4	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр					1шт/50гр	17,55
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	51,83	1,71	0,29	10,63	26	2,18
		375,54	15,91	17,73	37,85		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	12,31
2	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом*	117,59	4,22	3	18,27	200/5	17,66
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Мармелад жеват. fruttella Tom&Jerry 10гр					1шт/10	16,96
5	Фрукт нектарин свежий	52,8	1,32	0,36	10,68	120	20,28
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	31,24	1,03	0,17	6,4	16	1,32
		358,7	11,33	6,74	62,44		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	10,5	0,54	0,09	1,71	30/30	11,76
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой/ов.п/ф/	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,31
3	Напиток тёплый вишневый	61	0,05	0,2	14,63	200/12	9,57
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	31,97	0,94	0,46	5,55	14	1,91
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		453,29	15,53	18,56	54,43		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" из свежей капусты с яблоками и морковью п/ф	95,44	0,84	7,6	5,67	75	7,90
2	Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, мас.с. мука)	325,67	17,42	10,91	38,95	200	49,74
3	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200	4,25
4	Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	25,09	0,83	0,14	5,14	13	1,06
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		624,7	23,43	21,43	83,63		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	70,61	2,28	4,68	4,62	70	12,76
2	Тефтели мясные п/ф	165,94	6,77	12,92	5,54	60	28,98
3	Соус брусничный (для тефтелей)	19,36	0,1	0,07	4,36	20	6,64
4	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
5	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200	9,59
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	24,62	0,81	0,14	5,05	12	1,04
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		582,92	14,98	23,95	75,9		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

МЕНЮ

на 21 - 22 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом, маслом сливочным (батон нарезной)*	114,77	1,87	0,69	25,84	23/20/10	21,24
2	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем, молоком сгущеным*	306,57	14,18	8,97	42,92	115/20	53,72
3	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
		476,35	16,13	9,73	82,13		80,05
Обед							
1	Салат из кваш. капусты, луком зел. с маслом	45,58		5,02	0,01	60	8,49
2	Суп картофельный с горохом, гренками п/ф*	158,83	7,4	0,8	31,12	250/10	15,51
3	Бефстроганов из горбуши, п/ф	110,74	1,27	9,48	10,67	45/45	56,05
4	Рис припущенный м.р	47,2		5,24		150	8,54
5	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200/10	6,51
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	43,52	1,28	0,63	7,56	19	2,60
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
8	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
		546,71	12,61	21,47	80,93		109,55
		1 023,06	28,74	31,2	163,06	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	59,57	1,77	0,69	11,52	23 6/10 м	12,31
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	230,03	17,16	16,88	2,37	135	48,22
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
4	Фрукт слива свежая	29,9	0,46	0,18	6,51	65	9,30
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,59
		454,3	21,32	18,24	47,83		79,44
Обед							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	124,12	5,42	3,72	18,48	250/10/5	35,29
3	Печень "По-строгановски"	145,15	12,92	7,4	9,25	40/50	37,46
4	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
5	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200/12	6,76
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	44,6	1,42	0,23	9,2	18	1,51
		633,09	26,09	21,41	87,23		110,16
		1 087,39	47,41	39,65	135,06	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)

Утверждаю:
 Аудиторское общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 Л.Н. *Марья*

Согласовано:

Директор

(подпись)

О.И. Фоменко

МЕНЮ

на 23 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	19,06
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	231,16	8,06	4,42	39,44	200/5	23,16
3	Чай с лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/7л	3,54
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		451,72	15,96	11,23	71		47,37
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы, лук зел.) с маслом	58,2	0,64	5,1	2,02	80	16,48
2	Уха "Рыбацкая" (минтай) с зеленью п/ф	121,28	9,01	4,7	10,65	200/40/1	30,02
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	155,03	15,69	9,05	8,87	90	67,71
4	Каша перловая рассып. с овощами п/ф	141,35	4,28	0,51	29,77	150	15,27
5	Кисель из клубники	96,37	0,17	0,08	23,51	200/15	9,09
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	60,19	1,91	0,31	12,42	24	2,05
		670,42	32,95	19,96	95,03		142,23
		1 122,14	48,91	31,19	166,03	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)