



Утверждаю:

Анжелика Сергеевна Комбинат школьного питания

Центральный
М.Н. *Мария*

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Салат в стиле Греческий сыром адыгейским	83,85	0,64	8,01	2,35	80	24,16
2	Рыбные нагетсы	146,29	7,85	5,21	17,08	90	48,97
3	Рис припущенный с овощами /лук,морковь/ п/ф	238,8	4,36	9,55	40,77	180	14,76
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 "Баварский" ржано-пшеничный	42,3	1,24	0,61	7,34	18	2,53
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	53,91	1,71	0,28	11,12	21	1,83
		679,86	18,84	26,2	98,63		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Салат из свеклы с сыром Адыгейский с маслом п/ф	66,15	1,1	4,03	6,49	80	12,49
2	Нагетсы куриные хрустящие	237,68	10	13,98	18,02	4шт/100	49,12
3	Гречка отварная с овощами п/ф	164,62	4,85	6,15	22,55	150	9,61
4	Чай с сахаром и лимоном	34,39	0,06	0,01	8,2	200/8/7	3,08
5	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,05
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,47
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	43,69	1,33	0,41	8,54	18	1,88
		699,23	21,24	28,85	85,79		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	287,38	13,17	23,34	10,99	50/50	46,88
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	148,68	3,38	5,17	22,12	150	20,57
4	Напиток тёплый из брусники и клубники	42,88	0,19	0,11	9,95	200/8	9,61
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	7,48
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	53,59	1,7	0,52	9,78	21	2,15
		626,03	20,95	31,19	67,88		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	14,02
2	Омлет запеченный натуральный	271,09	17,02	20,46	3,15	160	47,40
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	51,6	1,7	0,28	10,58	26	2,18
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,58
		564,36	21,95	29,06	51,41		107,70
Суббота							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом (батон в/с) Сыробогагов	125,77	1,87	7,94	11,66	236/10м	12,31
2	Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	143,18	13,09	8,33	3,88	60/40	53,20
3	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	188,01	3,68	6,65	34	150	16,06
4	Чай яблочно-брусничным	39,01	0,08	0,07	9,38	200/8	4,63
5	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	66,11	1,94	0,96	11,48	28	3,95
		766,08	26,91	27,95	99,4		107,70

Повар-бригадир

(подпись)

экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 2 - 5 Май 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,64	0,08	2,24	80	12,40
2	Запеканка картофельная со свиной п/ф	398,7	16,41	22,45	35,36	200	59,58
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	33,31	0,98	0,48	5,78	14	1,99
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		639,25	23,23	25,79	81,4		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Блинчики с яблочной начинкой и бананом	209,68	56	7,58	22,42	1/80гр	34,36
2	Каша рисовая с маком и абрикосовым вареньем	264,9	6,39	8,52	40,64	200/20	24,87
3	Цикорий с молоком*	104,8	3,36	3,6	14,78	200/8	13,29
4	Сок груша "Фруто няня" 200 мл	96			24	1шт/200мл	33,91
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	29,67	0,9	0,28	5,8	12	1,27
		705,05	66,65	19,98	107,64		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Салат в стиле Греческий сыром адыгейским	83,85	0,64	8,01	2,35	80	24,16
2	Макароны с мясом птицы в соусе и сыром п/ф	275,41	17,45	7,76	34,4	50/150	48,65
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	32,01			7,99	200/8	2,88
4	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,05
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	25,51	0,74	0,18	4,86	11	1,11
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	46,08	1,47	0,45	8,41	18	1,85
		549,76	22,28	19,81	69,4		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Салат из свеклы с маслом растительным* п/ф	69,63	1,22	4,04	7,22	80	9,86
2	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	263,42	12,49	18,3	12,01	90	44,15
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	148,68	3,38	5,17	22,12	150	20,57
4	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
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 "Изобилие" пшеничный витаминиз.	76,19	2,22	1	12,27	23	2,85
		701,92	23,36	31,22	80,39		107,70

Повар-бригадир *[подпись]*
 (подпись)

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

Мед. работник *[подпись]*
 (подпись)

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

Утверждаю:
 Акционерное общество Комбинат школьного питания
 «Комбинат школьного питания Центральный»
 Г.Тарасов И.Н. *И.Н. Тарасов*

Согласовано:
 Директор *О.И. Фокина*
 (подпись)

МЕНЮ

на 2 - 3 Май 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименования	Ккал.	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Блинчики с яблочной начинкой	209,68	56	7,58	22,42	1/80гр	30,96
2	Каша молочная пшенная с маслом	271,65	7,9	10,02	37,52	200/7	19,80
3	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200/8	11,24
4	Фрукт груша свежая	69,3	0,66	5,84	18,15	165	45,05
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	39,3	1,15	0,57	6,82	17	2,35
		690,43	69,1	27,63	98,59		109,40
Обед							
1	Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек зел, лук зел, огурцы сол, с маслом) ов.п/ф	76,85	1,35	4,17	8,32	80	14,01
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	183,81	4,86	13,29	10,89	250	31,74
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	191,85	15,74	13,09	8,96	90	68,09
4	Гречка отварная с овощами п/ф	164,62	4,85	6,15	22,55	150	9,61
5	Напиток тёплый из смородины с яблоком	50,5	0,22	0,16	11,65	200/8	9,12
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	44,65	1,31	0,65	7,75	19	2,67
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		755,12	29,69	37,73	78,96		136,70
		1 445,55	98,79	65,36	177,55	Итого за день	246,10
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	235/10м	14,02
2	Омлет запеченный натуральный	254,14	15,96	19,18	2,96	150	44,43
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 "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		551,41	20,71	28,04	48,51		82,95
Обед							
1	Салат из отварной моркови, сыром с маслом п/ф	70,92	2,18	4,52	5,22	80	13,11
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	169,11	6,56	8,1	20,1	250/10/10	38,64
3	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	257,07	12,45	21,3	3,2	50/50	45,21
4	Картофельные дольки запеченные п/ф	196,11	4,29	4,32	35	150	22,98
5	Напиток из брусники и клубники	42,88	0,19	0,11	9,95	200/8	9,61
6	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,05
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,47
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,37	1,47	0,46	9,45	20	2,08
		937,16	31,04	43,08	104,91		163,15
		1 488,57	51,75	71,12	153,42	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *И.Н. Тарасов*
 (подпись)

Экономист по ценам *Е.Н. Богомолова*
 (подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник *К.И. Грицюк*
 (подпись)

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

МЕНЮ

на 4 - 5 Май 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом, маслом сливочным (батон нарезной)*	180,87	1,97	7,94	25,98	23/20/10	21,24
2	Запеканка из творога*	318,46	19,66	15,31	29,01	150	58,16
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
4	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	17,49
5	Чай яблочно-вишневый	36,71	0,04	0,04	8,97	200/8	3,48
		660,32	27,76	28,34	77,61		103,98
Обед							
1	Салат из свежих овощей с пекинской капустой	90,98	1,16	8,02	3,6	80	16,65
2	Суп картофельный с горохом, с говядиной, гречками* п/ф	250,37	13,36	8,3	31,19	250/15/10	37,99
3	Минтай запеченный с маслом	190,35	19,79	12,79	10,02	100/5	57,93
4	Рис припущенный м р	214,94	3,68	8,87	37,33	150	8,54
5	Напиток из сухофруктов	90	1,3	0,08	20,73	200	6,28
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
7	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
8	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	55,84	1,78	0,55	10,19	22	2,25
		987,28	42,85	39,35	131,96		142,12
		1 647,6	70,61	67,69	209,57	Итого за день	246,10
Пятница							
Завтрак							
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	227,14	7,13	9,27	29,16	200/5	24,63
3	Чай с апельсинами	34,16	0,05	0,01	8,39	200	2,28
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
		611,47	23,02	26,08	69,92		85,93
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с зеленью с маслом	59,48	0,76	5,08	2,6	40/35/5/1	16,25
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/ (ов. п/ф)	167,59	14,06	6,99	12,05	200/50	64,12
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	196,93	12,48	12,84	15	90/5	44,25
4	Перловка отварная с овощами п/ф	198,94	4,36	6,81	29,89	150	15,86
5	Кисель из клюквы	93,77	0,11	0,04	22,75	200	15,65
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	64,73	1,89	0,85	10,43	20	2,43
		819,44	34,91	32,82	100,51		160,17
		1 430,91	57,93	58,9	170,43	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

(подпись)

Утверждаю:
 Акционерное общество Комбинат школьного питания
 «Комбинат школьного питания Центральный»
 Г.Томск, ул. Гвардейская, 11. *И.Н. Мараев*

Согласовано:
 Директор *О.И. Ромаша*
 (подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Суббота							
Завтрак							
1	Блинчики с яблочной начинкой	209,68	56	7,58	22,42	1/80гр	30,96
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	236,79	5,61	9,18	33,02	200/7	21,02
3	Горячий шоколад	96	3,2	3,6	12,78	200/8	22,18
4	Кисло-молочный напиток "Снежок"	156	6	5	22	200	19,37
		698,47	70,81	25,36	90,22		93,53
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (огурцы, перец сладкий)	15,85	0,82	0,08	2,98	45/35	24,92
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	186,41	10,02	10,47	15,64	250/20/10	49,10
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом лук п/ф	297,73	16,03	21,37	17,21	90/5	54,74
4	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток из изюма	88,2	0,46	0,1	21,14	200/8	9,36
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	44,78	1,42	0,23	9,24	18	1,52
		896,8	35,75	37,33	112,73		152,57
		1 595,27	106,56	62,69	202,95	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *И.Н. Мараев*
 (подпись)

Экономист по ценам *Е.Н. Богомолова*
 Богомолова Е.Н.
 (подпись)

Мед. работник *О.М. Грицюк*
 (подпись)

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