

МЕНЮ

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

| № п/п | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|----------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| Пятница | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с сыром (хл. пш батон н) | 95,86 | 4,18 | 3,64 | 11,55 | 23/10 | 10,98 |
| 2 | Чахохбили "По-школьному" (лук п/ф) | 85,09 | 6,71 | 5,3 | 2,53 | 60 | 25,05 |
| 3 | Рис припущенный м.р | 47,2 | | 5,24 | | 150 | 8,54 |
| 4 | Чай с ягодно-яблочной смесью | 54,01 | 0,08 | | 13,25 | 200 | 4,89 |
| 5 | Мороженое молочное ванильное "Жужа" 55 гр | | | | | 1 шт/55 гр | 29,05 |
| 6 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | 35,03 | 1,16 | 0,19 | 7,18 | 18 | 1,49 |
| | | 317,19 | 12,13 | 14,37 | 34,51 | | 80,00 |

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог Фоменко С.В.
 (подпись)



МЕНЮ

на 5 - 6 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

| № п/п | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|--------------------|---|-----------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|---------------|
| Понедельник | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Горячий бутерброд с помидороми сыром (батон пш н)* | 99,47 | 4,35 | 3,67 | 12,12 | 23/15/10 | 14,54 |
| 2 | Каша молочная пшеничная с маслом | 203,82 | 7,42 | 3,04 | 36,33 | 200/3 | 15,54 |
| 3 | Какао-напиток молочный с витамином С с зефирками | 128,3 | 3,92 | 2,95 | 21,38 | 200/10 | 26,00 |
| 4 | Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр | | | | | 1шт/100гр | 22,75 |
| 5 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | 32,19 | 1,06 | 0,18 | 6,6 | 16 | 1,36 |
| | | 463,78 | 16,75 | 9,84 | 76,43 | | 80,19 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Огурцы свежие (порционно) | 6,6 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 60 | 9,30 |
| 2 | Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной ов п/ф | 98,62 | 4,73 | 4,21 | 13,07 | 200/10/10 | 30,83 |
| 3 | Тфтели мясные с маслом сливочным | 248,91 | 10,16 | 19,38 | 8,3 | 90/5 | 47,83 |
| 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-пшеничный витаминиз. | 38 | 1,25 | 0,21 | 7,79 | 19 | 1,61 |
| 7 | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный | 51,2 | 1,63 | 0,5 | 9,34 | 20 | 2,05 |
| | | 722,2 | 24,44 | 25,23 | 97,57 | | 109,41 |
| | | 1 185,98 | 41,19 | 35,07 | 174 | Итого за день | 189,60 |
| Вторник | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная рисовая с маком и кулбничным вареньем | 141,8 | 3,48 | 3,68 | 23,31 | 200 | 27,48 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 97,5 | 2,99 | 2,52 | 15,57 | 200/10 | 11,47 |
| 3 | Блинчики с вареной сгущенкой | 209,98 | 56 | 7,6 | 22,4 | 1 шт/80гр | 28,51 |
| 4 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | 38 | 1,25 | 0,21 | 7,79 | 19 | 1,61 |
| 5 | Фрукт яблоко свежее | | | | | 100 | 10,40 |
| | | 487,28 | 63,72 | 14,01 | 69,07 | | 79,47 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Салат "Витаминный"(овощи п/ф)* | 100,51 | 1,12 | 6,38 | 9,16 | 80 | 17,60 |
| 2 | Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром ов п/ф | 117,61 | 4,76 | 6,06 | 10,75 | 250 | 31,00 |
| 3 | Бедро куриное запеченное | 229,36 | 14,66 | 18,59 | | 90 | 37,29 |
| 4 | Гречка отварная с овощами * п/ф | 142,89 | 4,85 | 3,7 | 22,5 | 150 | 11,35 |
| 5 | Напиток вишневый | 48 | | | 11,98 | 200 | 9,57 |
| 6 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | 38 | 1,25 | 0,21 | 7,79 | 19 | 1,61 |
| 7 | Хлеб "Рябиношка" пшеничный витаминиз. | 50,67 | 1,61 | 0,26 | 10,46 | 20 | 1,71 |
| | | 727,04 | 28,25 | 35,2 | 72,64 | | 110,13 |
| | | 1 214,32 | 91,97 | 49,21 | 141,71 | Итого за день | 189,60 |

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

Утверждаю:
 Директор Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Мороз*

Согласовано
 Директор *Ке...*
 (подпись)

МЕНЮ

на 5 - 9 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

| № п/п | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|--------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| Понедельник | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Горячий бутерброд с помидором сыром (батон пш н)* | | | | | | |
| 2 | Каша молочная пшеничная с маслом | 99,47 | 4,35 | 3,67 | 12,12 | 23/15/10 | 14,54 |
| 3 | Какао-напиток молочный с витамином С с зефирками | 203,82 | 7,42 | 3,04 | 36,33 | 200/3 | 15,54 |
| 4 | Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр | 128,3 | 3,92 | 2,95 | 21,38 | 200/8 зеф | 26,00 |
| 5 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | | | | | 1шт/100гр | 22,75 |
| | | 27,69 | 0,91 | 0,15 | 5,68 | | 1,17 |
| | | 459,28 | 16,6 | 9,81 | 75,51 | 14 | 80,00 |
| Вторник | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Огурцы свежие (порционно) | 2,2 | 0,14 | 0,02 | 0,38 | 20 | 3,10 |
| 2 | Бефстроганов из говядины п/ф | 70,94 | 0,8 | 6,05 | 6,55 | 30/30 | 49,92 |
| 3 | Пюре картофельное (карт. п/ф) | 111,31 | 3,23 | 1,11 | 22,02 | 150 | 17,38 |
| 4 | Напиток тёплый из клубники | 56,2 | 0,16 | 0,08 | 13,48 | 200 | 6,65 |
| 5 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | 35,74 | 1,18 | 0,2 | 7,33 | 18 | 1,51 |
| 6 | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз. | 42,84 | 1,36 | 0,22 | 8,84 | 17 | 1,44 |
| | | 319,23 | 6,87 | 7,68 | 58,6 | | 80,00 |
| Среда | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Морковь с сахаром п/ф | 37,97 | 0,72 | 0,06 | 8,46 | 60 | 6,55 |
| 2 | Люля-кебаб из куриного филе (лук п/ф, хл.ряб) | 164,64 | 12,43 | 9,31 | 14,88 | 90 | 39,38 |
| 3 | Гречка отварная с овощами * п/ф | 142,89 | 4,85 | 3,7 | 22,5 | 150 | 11,35 |
| 4 | Чай с лимоном | 50,39 | 0,06 | 0,01 | 12,19 | 200/7л | 3,54 |
| 5 | Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами 100 мл | 80,9 | 2,9 | 2,5 | 11,7 | 1шт/100 мл | 15,60 |
| 6 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз. | 36,21 | 1,2 | 0,2 | 7,42 | 18 | 1,53 |
| 7 | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный | 51,2 | 1,63 | 0,5 | 9,34 | 20 | 2,05 |
| | | 564,2 | 23,79 | 16,28 | 86,49 | | 80,00 |
| Четверг | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом шоколадным /батон пш / | 59,57 | 1,77 | 0,69 | 11,52 | 236/10м | 14,02 |
| 2 | Омлет запеченный натуральный | 202,14 | 15,71 | 14,21 | 2,81 | 150 | 41,35 |
| 3 | Напиток тёплый из кураги | 86,4 | 1,04 | 0,06 | 20,18 | 200 | 9,75 |
| 4 | Фрукт слива свежая | 41,4 | 0,63 | 0,25 | 9,02 | 90 | 12,87 |
| 5 | Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный | 33,64 | 0,99 | 0,49 | 5,84 | 14 | 2,01 |
| | | 423,15 | 20,14 | 15,7 | 49,37 | | 80,00 |
| Пятница | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Салат "Витаминный"(овощи п/ф)* | 75,38 | 0,84 | 4,79 | 6,87 | 60 | 13,20 |
| 2 | Горбуша запеченная с маслом | 31,29 | 0,8 | 3,32 | 4,32 | 50/5 | 52,01 |
| 3 | Рис припущенный м.р | 47,2 | | 5,24 | | 150 | 8,54 |
| 4 | Чай яблочно-вишневый | 28,71 | 0,04 | 0,04 | 6,97 | 200 | 3,25 |
| 5 | Хлеб "Российский" ржано-пшеничный | 40,14 | 1,29 | 0,22 | 8,25 | 20 | 1,55 |
| 6 | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз. | 42,84 | 1,36 | 0,22 | 8,84 | 17 | 1,45 |
| | | 265,56 | 4,33 | 13,83 | 35,25 | | 80,00 |

Повар-бригадир *[подпись]*
 Мед. работник *[подпись]*

Экономист по ценам *[подпись]* Богомолова Е.Н.
 Технолог *[подпись]* Фоменко С.В.



Центральный
Завхоз Л.Н. *Л.Н. Завхоз*

Директор



(подпись)

МЕНЮ

на 7 - 8 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 сгущенным* | 296,11 | 13,62 | 8,66 | 41,54 | 110/20 | 51,70 |
| 3 | Чай яблочно-брусничный | 31,01 | 0,08 | 0,07 | 7,38 | 200 | 4,41 |
| | | 441,89 | 15,57 | 9,42 | 74,76 | | 77,35 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным | 45,58 | | 5,02 | 0,01 | 60 | 8,49 |
| 2 | Суп картофельный с горохом, гречками/овощи п/ф/* | 136,51 | 6,22 | 0,69 | 26,85 | 200/10 | 12,80 |
| 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 | Фрукт нектарин свежий | 44 | 1,1 | 0,3 | 8,9 | 100 | 16,90 |
| 7 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз. | 21,3 | 0,7 | 0,12 | 4,37 | 11 | 0,90 |
| 8 | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный | 51,2 | 1,63 | 0,5 | 9,34 | 20 | 2,06 |
| | | 554,53 | 12,22 | 21,43 | 82,87 | | 112,25 |
| | | 996,42 | 27,79 | 30,85 | 157,63 | Итого за день | 189,60 |
| Четверг | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом шоколадным /батон пш / | 59,57 | 1,77 | 0,69 | 11,52 | 236/10м | 14,02 |
| 2 | Омлет запеченный натуральный | 202,14 | 15,71 | 14,21 | 2,81 | 150 | 41,35 |
| 3 | Напиток тёплый из кураги | 86,4 | 1,04 | 0,06 | 20,18 | 200 | 9,75 |
| 4 | Фрукт слива свежая | 41,4 | 0,63 | 0,25 | 9,02 | 90 | 12,87 |
| 5 | Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный | 33,64 | 0,99 | 0,49 | 5,84 | 14 | 2,01 |
| | | 423,15 | 20,14 | 15,7 | 49,37 | | 80,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Салат из моркови с сыром (морк., сыр, масло р.) | 70,61 | 2,28 | 4,68 | 4,62 | 70 | 9,90 |
| 2 | Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной (овощи 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 "Баварский" ржано-пшеничный | 35,82 | 1,05 | 0,52 | 6,22 | 15 | 2,14 |
| 7 | Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витаминиз. | 42,84 | 1,36 | 0,22 | 8,84 | 17 | 1,46 |
| | | 639,24 | 26,16 | 22,38 | 85,96 | | 109,60 |
| | | 1 062,39 | 46,3 | 38,08 | 135,33 | Итого за день | 189,60 |

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

МЕНЮ

на 9 Сентября 2022 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 | 200/7п | 3,54 |
| 4 | Хлеб "Российский" ржано-пшеничный | 40,4 | 1,3 | 0,22 | 8,3 | 20 | 1,57 |
| | | 454,12 | 16,01 | 11,24 | 71,51 | | 47,33 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы, лук зеленый) с маслом | 57 | 0,59 | 5,09 | 1,83 | 30/35/5/5 | 15,30 |
| 2 | Уха "Рыбацкая" (минтай) с зеленью (овощи п/ф) | 133,99 | 7,42 | 5,65 | 13,28 | 250/30/0,5 з | 26,47 |
| 3 | Фрикасе из филе куриного (п.ф) | 154,82 | 15,67 | 9,04 | 8,84 | 90 | 67,49 |
| 4 | Каша перловая рассыпчатая с овощами /овощи п/ф/ | 141,35 | 4,28 | 0,51 | 29,77 | 150 | 15,27 |
| 5 | Кисель витаминизированный | 95 | | | 23,5 | 200 | 14,80 |
| 6 | Хлеб "Российский" ржано-пшеничный | 40,4 | 1,3 | 0,22 | 8,3 | 20 | 1,56 |
| 7 | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз. | 40,65 | 1,29 | 0,21 | 8,39 | 16 | 1,38 |
| | | 663,21 | 30,55 | 20,72 | 93,91 | | 142,27 |
| | | 1 117,33 | 46,56 | 31,96 | 165,42 | Итого за день | 189,60 |

Повар-бригадир _____

Иванов
 (подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Экономист по ценам _____

Богомолова
 (подпись)

Технолог _____

Фоменко
 (подпись)

Богомолова Е.Н.

Фоменко С.В.