

МЕНЮ

на 3 - 7 Октября 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ 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	14,53
2	Каша молочная ячневая с маслом	179,76	6,16	3,04	31,37	200/7	18,66
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	15,01
4	Фрукт апельсин свежий					215	30,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	24,85	0,82	0,14	5,09	12	1,05
		405,18	14,85	9,8	63,56		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	13,2	0,61	0,11	2,09	55	13,02
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	180,79	8,72	14,96	2,18	35/35	36,96
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150	20,21
4	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	34,1	1	0,49	5,92	15	2,04
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	41,54	1,32	0,21	8,57	16	1,40
		428,94	14,88	16,88	52,76		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	44,3	0,84	0,06	9,87	70	7,64
2	Наггетсы "Детские"	39,96		4,44		80	39,16
3	Гречка отварная с овощами п/ф	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
4	Чай ройбуш	16			3,99	200	2,76
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	33,85	1,12	0,19	6,94	17	1,43
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		409,1	11,34	11,39	64,34		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом ароматным (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	14,02
2	Омлет запеченный натуральный	202,14	15,71	14,21	2,81	150	43,95
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	60,83	2,01	0,33	12,47	30	2,57
5	Фрукт яблоко свежее					110	11,44
		419,34	20,17	15,51	46,44		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Винегрет овощной п/ф	102,5	1,09	8,13	6,07	80	13,17
2	Минтай, запеченный с сыром	152,52	16,62	8,01	3,33	80	47,29
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	63	0,65	5,02	3,68	150	12,30
4	Чай яблочно-клубничный	54,76	0,08	0,06	13,33	200/12	4,25
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,54
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		452,07	21	21,64	42,72		80,00

Повар-бригадир *С.И. Фоменко*
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог *С.И. Фоменко*
 (подпись)

МЕНЮ

на 3 - 7 Октября 2 022 г. 2-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 индейки (овощи п/ф)	197,85	13,56	14,88	2,32	50/150	58,59
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200	4,89
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	35,27	1,16	0,19	7,23	18	1,49
		401,15	20,19	20,19	34,37		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	236/15м	19,58
2	Каша молочная манная с маком и вишневым вареньем	93,08	3,27	3,52	11,89	200/20	27,62
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	41,34	1,21	0,6	7,18	18	2,48
		338,49	10,04	7,73	54,26		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	12,25	0,63	0,11	2	35/35	13,72
2	Жаркое "По-домашнему" со свинойной/ов.п/ф/	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
3	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	23,43	0,77	0,13	4,8	12	0,99
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,05
		452,11	15,87	18,43	53,69		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	119,35	1,33	7,58	10,88	95	20,89
2	Фарфале с филе индейки в соусе и сыром(лук п/ф)	297,25	14,39	8,43	41,4	200	36,38
3	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
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.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	46,84	1,49	0,24	9,67	19	1,59
		635,05	21,4	19	94,4		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	37,97	0,72	0,06	8,46	60	6,55
2	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	200,92	11,06	13,87	13,28	70	41,68
3	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
4	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	24,14	0,8	0,13	4,95	12	1,02
6	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		555,62	18,18	20,16	80,06		80,00

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____ Фоменко С.В.
 (подпись)

Утверждаю:
 Администрация Комбинат школьного питания
 «Комбинат школьного питания Центральный»
 М.Н. Масал

Согласовано:
 Директор О.И. Фоменко
 (подпись)

МЕНЮ

на 3 - 4 Октября 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	117,64	5,55	5,15	12,14	23/15/15	18,58
2	Каша молочная ячневая с маслом	179,76	6,16	3,04	31,37	200/5	16,91
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
		398,5	15,23	11,14	58,49		73,25
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	145,58	8,09	6,82	15,57	250/20/10	48,77
3	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	165,94	6,77	12,92	5,54	60/5	33,34
4	Макаронные изделия отварные*	194,21	5,94	0,63	40,84	160	10,42
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,71
		701,73	24,96	21,21	101,71		116,35
		1 100,23	40,19	32,35	160,2	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	23/15	19,58
2	Каша молочная манная с маком и вишневым вареньем	93,08	3,27	3,52	11,89	200/20	27,62
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,85
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	41,34	1,21	0,6	7,18	18	2,48
		338,49	10,04	7,73	54,26		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	94,09	3,81	4,84	8,6	200	24,86
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 тёплый клюквенный	55	0,13	0,05	12,9	200/12	16,17
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	33,48	0,98	0,48	5,81	14	2,00
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,57	1,35	0,22	8,78	17	1,43
		691,62	26,83	33,86	67,18		109,60
		1 030,11	36,87	41,59	121,44	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____
 Фоменко С.В.
 (подпись)

Утверждаю:



Андрей Сергеевич Мазур
 Федеральное общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. Мазур

Согласовано:



Директор О.И. Фокина
 (подпись)

МЕНЮ

на 7 - 8 Октября 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	0,6	5,09	1,86	30/35/10/5	17,15
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.	36,21	1,2	0,2	7,42	18	1,53
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		651,08	32,31	19,85	90,92		142,23
		1 102,8	48,27	31,08	161,92	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом и сыром (батон в/с)*	114,02	5,39	5,12	11,57	23/10/15	26,07
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	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	19,38
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		523,11	19,85	15,85	75,2		76,18
Обед							
1	Салат из свежей капусты с маслом /морк. п/ф/	54,34	0,93	3,05	5,64	60	4,56
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью (овощи п/ф)	89,46	2,47	1,15	18,52	250/5/1	20,96
3	Люля-кебаб из куриного филе с маслом слив.(лук п/ф)	148,58	14,34	9,94	7,56	90/5	52,52
4	Рагу овощное (овощи п/ф) м.р.*	180,56	3,02	10,42	18,3	150	17,61
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	14,80
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	36,21	1,2	0,2	7,42	18	1,53
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,57	1,35	0,22	8,78	17	1,44
		646,72	23,31	24,98	89,72		113,42
		1 169,83	43,16	40,83	164,92	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)