

МЕНЮ

на 5 - 9 Декабря 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)	136,97	6,81	6,63	12,34	23/20/20	23,80
2	Каша молочная ячневая с маслом	245,86	6,26	10,29	31,51	200/10	21,95
3	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,42
4	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	29,84	0,94	0,16	6,16	13	1,20
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,63
		539,87	17,53	19,76	71,44		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	5,5	0,35	0,05	0,95	50	7,75
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)	146,02	3,28	4,91	22,09	150	20,57
4	Напиток тёплый из брусники	59,5	0,18	0,13	14,03	200	12,17
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	26,04	0,86	0,14	5,34	13	1,10
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		460,69	14,75	20,41	53,43		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	24,70
2	Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хл. Рябинушка)	166,17	11,08	10,45	13,27	80/3	38,34
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/ *	159,42	4,88	5,51	22,54	120/30	11,51
4	Чай ройбуш	16,25		0,01	4	200	2,76
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	45,87	1,46	0,45	8,37	18	1,84
		433,31	18,8	17,05	57,53		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон йод. в/с)	63,25	1,77	0,62	12,37	23 б/10 м	14,50
2	Омлет запеченный натуральный	249,36	15,78	19,39	2,91	150	44,43
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	65,9	2,08	0,36	13,6	30	2,65
		522,31	20,71	21,05	58,32		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Винегрет овощной п/ф	102,5	1,09	8,13	6,07	80	13,17
2	Шницель натуральный рубленый /минтай/ с маслом ов. п/ф	176,63	14,35	12,88	9,32	90/3	42,93
3	Рис припущенный с овощами /овощи п/ф/	187,96	3,68	6,65	34	150	16,06
4	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	41,18	1,21	0,6	7,15	18	2,46
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		603,82	21,73	28,52	78,34		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М

Технолог

(подпись)

Фоменко С.Е

МЕНЮ

на 9 - 10 Декабря 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)	95,88	4,18	3,64	11,55	23/10	10,99
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	264,21	8,11	8,04	39,51	200/5	23,50
3	Чай с лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/7л	3,54
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	38,35
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	28,62	0,84	0,41	4,97	12	1,70
		619,1	21,19	22,1	81,22		78,08
Обед							
1	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	51,77	0,44	5,06	1,16	60/5/0,5 з	10,45
2	Уха "Рыбацкая" (минтай) с зеленью п/ф	103,78	5,17	4,48	10,63	200/20/0,5 з	19,07
3	Филе куриное, запеченное с сыром и помидорами	167,99	13,11	12,34	4,89	70	53,32
4	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	14,80
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		673,75	26,31	28,97	79,68		111,52
		1 292,85	47,5	51,07	160,9	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Каша молочная манная с маком и клубничным вареньем	124,55	3,4	7,08	11,52	200/20	22,67
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
3	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	29,19
4	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	46,88	1,35	0,33	8,93	20	2,04
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,63
		513,11	64,46	17,71	65,17		80,00
Обед							
1	Зеленый горошек консервированный	12	0,93	0,06	1,95	30	6,28
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	143,53	5,14	7,87	15,64	250/10/10	34,33
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	208,86	9,35	15,79	7,13	90/5	47,57
4	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	41,83	1,21	0,3	7,96	18	1,82
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		762,63	24,29	28,92	99,52		109,60
		1 275,74	88,75	46,63	164,69	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.



Утверждаю:

Согласовано:

Акционерное общество Комбинат школьного питания

Центральный
И.Н. Масел

Директор

(подпись)

О.С. Фоменко

МЕНЮ

на 5 - 9 Декабря 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)	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	19,06
2	Плов из куриной грудки /ов п/ф/	169,04	6,84	14,46	2,76	30/170	36,67
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200/12	4,89
4	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
5	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	45,51	1,43	0,25	9,39	20	1,83
		604,73	21,19	25,3	65,98		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Каша молочная "Дружба" с маслом	150,64	4,27	6,63	18,34	200/5	18,00
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
3	Блинчики с яблочной начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	31,78
4	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,91
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,84
		522,77	64,68	17,24	68,11		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	8,75	0,45	0,08	1,43	25/25	9,80
2	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	256,57	11,2	13,58	22,22	28/150	58,70
3	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	46,08	1,47	0,45	8,41	18	1,84
		409,65	14,64	14,43	54,11		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" (перец сл., капуста пек., лук репч., морковь, сок лим., кукуруза конс., сахар, яблоки св., масло растит.) п/ф	103,9	1,33	6,38	9,84	80	19,82
2	Фарфале с филе индейки в соусе и сыром п/ф	297,25	14,39	8,43	41,4	200	36,38
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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	63,93	2,03	0,33	13,19	25	2,17
6	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,78
		645,14	22,13	17,94	98,62		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
2	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	186,57	10,27	12,88	12,33	65	38,71
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	43,02	1,26	0,62	7,47	18	2,57
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,44
		582,05	18,88	23,63	77,23		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

МЕНЮ

на 5 - 6 Декабря 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)	136,96	6,81	6,63	12,34	23/20/20	23,80
2	Каша молочная ячневая с маслом	212,81	6,21	6,67	31,44	200/5	17,25
3	Горячий шоколад	93	2,8	2,5	14,68	200	18,42
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
		516,77	18,62	18,3	69,46		82,22
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	135,51	5	7,12	14,09	250/10/5	32,66
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	205,27	9,53	15,51	11,45	60/5	40,43
4	Макаронные изделия отварные*	216,77	5,62	4,4	38,36	150	10,12
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
6	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	57,83	1,84	0,3	11,93	23	1,96
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,79
		765,38	24,63	27,93	106,15		107,38
		1 282,15	43,25	46,23	175,61	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	150,64	4,27	6,63	18,34	200/5	18,00
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,91
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	27,69	0,91	0,15	5,68	14	1,16
		446,15	10,8	17,62	58,95		60,85
Обед							
1	Винегрет овощной п/ф	76,87	0,82	6,1	4,56	60	9,88
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 вишни	48			11,98	200/12	6,37
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		746,84	28,88	39,14	75,51		128,75
		1 192,99	39,68	56,76	134,46	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

Иванов
(подпись)

Экономист по ценам

Е.Н. Богомолова
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

С.В. Фоменко
(подпись)