

## МЕНЮ

на 10 - 12 Май 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом (батон в/с) Сыробогаатов	125,77	1,87	7,94	11,66	236/10м	12,31
2	Запеканка из творога*	318,46	19,66	15,31	29,01	150	58,16
3	Соус вишнёвый	39,44	0,03	0,1	9,55	40	5,34
4	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200/8	11,24
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	34,48	1,01	0,5	5,99	15	2,06
6	Фрукт апельсин свежий	49,4	1,04	1,17	13	130	18,59
		<b>668,05</b>	<b>27</b>	<b>28,64</b>	<b>82,89</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	15,6	0,76	0,12	2,64	40/40	15,68
2	Шницель нат.рублен.из минтая с маслом п/ф	188,55	14,37	14,22	9,44	90/5	44,81
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	148,68	3,38	5,17	22,12	150	20,57
4	Чай с сахаром	20,01			4,99	200/5	1,05
5	Йогурт с черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	32,66	1,08	0,18	6,7	16	1,38
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>522,34</b>	<b>23,75</b>	<b>22,41</b>	<b>65,73</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	59,51	0,01	6,61	0,08	80	11,31
2	Поджарка из свинины /лук п/ф/	415,8	16,43	35,65	6,59	60/40	59,69
3	Рис припущенный	230,38	4,22	8,48	42,33	170	14,20
4	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	65,7	2,09	0,34	13,56	26	2,23
		<b>955,79</b>	<b>25,31</b>	<b>52,22</b>	<b>99,5</b>		<b>107,70</b>

Повар-бригадир

*(подпись)*

Экономист по ценам

*(подпись)* Грицюк О.М.

Мед. работник

*(подпись)*

Экономист по ценам

*(подпись)* Грицюк О.М.

Утверждаю:  
 Аудиторское общество Комбинат школьного питания  
 «Комбинат школьного питания»  
 Центральный  
 Гавасова И.Н. \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**

на 12 - 13 Май 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная "Дружба" с маслом	210,45	5,74	7,94	29,09	200/5	18,00
2	Кефир	106	5,8	5	8	200	16,42
3	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200/8	11,24
4	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,68	56	7,58	22,42	1/80гр	28,92
		<b>626,63</b>	<b>70,93</b>	<b>24,14</b>	<b>73,19</b>		<b>74,58</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих огурцов	12	0,64	0,08	2,24	80	12,42
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	185,25	10,03	9,88	16,7	200/20/10	49,31
3	Котлета "Лакомка" /филе куриное/ с маслом /лук п/ф/	212,68	14,39	17,03	7,72	90/5	53,49
4	Рагу овощное (овощи п/ф)*	140,74	2,91	5,54	19,62	150	21,15
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200	12,77
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,37	1,47	0,46	9,45	20	2,07
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,71
8	Фрукт апельсин свежий	49,4	1,04	1,17	13	130	18,60
		<b>795,81</b>	<b>32,29</b>	<b>34,5</b>	<b>102,6</b>		<b>171,52</b>
		<b>1 422,44</b>	<b>103,22</b>	<b>58,64</b>	<b>175,79</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	10,20
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	223,55	5,59	7,73	32,99	200/5	19,13
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	19,38
4	Чай яблочно-вишневый	36,71	0,04	0,04	8,97	200/8	3,47
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	35,85	1,04	0,26	6,83	15	1,56
		<b>566,88</b>	<b>14,54</b>	<b>13,72</b>	<b>96,63</b>		<b>53,74</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" (капуста пекин, огурцы, томаты, яблоки, лук зел., с маслом)*	93,53	1,09	6,06	8,37	80	15,76
2	Суп картофельный с макаронами и говядиной ов.п/ф	211,37	11	9,27	21,01	250/20	45,62
3	Шницель нат.рублен.из минтая с маслом п/ф	205,82	15,96	15,4	10,48	100/5	49,27
4	Кус-кус с овощами/лук, морковь/ овощи п/ф	200,42	4,38	7,68	27,72	150	26,85
5	Напиток из сухофруктов	90	1,3	0,08	20,73	200	6,28
6	Фрукт груша свежая	69,3	0,66	5,84	18,15	165	45,05
7	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	39,3	1,13	0,28	7,48	16	1,71
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,82
		<b>953,74</b>	<b>36,92</b>	<b>44,81</b>	<b>123,14</b>		<b>192,36</b>
		<b>1 520,62</b>	<b>51,46</b>	<b>58,53</b>	<b>219,77</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

(подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

Богомолова Е.Н.

Мед. работник \_\_\_\_\_

(подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

Грицюк О.М.

Утверждаю:  
 Администрация муниципального образования  
 «Комбинат школьного питания»  
 Центральный  
 Г. Тарасов И.Н. *Maspeh*

Согласовано:  
 Директор *Евг. Роккель*  
 (подпись)

**МЕНЮ**

на 10 - 11 Май 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон в/с) Сыробогагов	162,08	4,28	10,89	11,69	23/10/10	20,39
2	Каша молочная ячневая с маслом	244,34	6,66	10	31,59	200/8	20,07
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,92
		<b>529,47</b>	<b>12,74</b>	<b>21,33</b>	<b>69,16</b>		<b>67,90</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец)	22,5	1,08	0,14	3,92	45/45	33,67
2	Уха по-ростовски с зеленью (ов. п/ф)	182,45	14,29	8,19	12,73	200/50/1	67,68
3	Мак-н-чиз с филе куриным (макаронны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл.)	344,49	19,21	13,35	36,67	50/150	55,99
4	Напиток клюквенный	39	0,13	0,05	8,91	200/8	15,71
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	48,21	1,42	0,7	8,37	21	2,88
6	Хлеб тостовый пшеничный	46,07	1,41	0,4	8,93	17	2,27
		<b>682,72</b>	<b>37,54</b>	<b>22,83</b>	<b>79,53</b>		<b>178,20</b>
		<b>1 212,19</b>	<b>50,28</b>	<b>44,16</b>	<b>148,69</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с)	125,67	1,87	7,94	11,66	23 6/10 м	13,94
2	Омлет запеченный натуральный	254,14	15,96	19,18	2,96	150	44,43
3	Горячий шоколад	96	3,2	3,6	12,78	200/8	22,18
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	30	0,99	0,17	6,15	15	1,27
		<b>552,81</b>	<b>22,42</b>	<b>31,29</b>	<b>43,35</b>		<b>92,22</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Веснушка" (картофель. п/ф, кукуруза, лук зел., масло растит.) п/ф	129,38	1,6	8,82	10,13	80	20,39
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	252,88	11,96	9,52	29,75	250/20/10	50,22
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	297,73	16,03	21,37	17,21	90/5	54,74
4	Перловка отварная с овощами п/ф	198,94	4,36	6,81	29,89	150	15,86
5	Напиток тёплый из брусники и клубники	42,88	0,19	0,11	9,95	200/8	9,61
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,22	1,37	0,22	8,92	17	1,45
		<b>1 003,03</b>	<b>36,76</b>	<b>47,06</b>	<b>113,64</b>		<b>153,88</b>
		<b>1 555,84</b>	<b>59,18</b>	<b>78,35</b>	<b>156,99</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир *OK*  
 (подпись)

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

Мед. работник *MP*  
 (подпись)

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

Утверждаю:  
 Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 «Комбинат школьного питания Центральный»  
 Г.Томск, ул. М.Н. Маракулинского, 10  
 М.Н. Маракулинского

Согласовано:  
 Директор *Грицюк О.М.*  
 (подпись)  
 Г.Томск, ул. М.Н. Маракулинского, 10

### МЕНЮ

на 10 - 12 Май 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из свеклы с сыром Адыгейский с маслом п/ф	66,15	1,1	4,03	6,49	80	12,49
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой ов.п/ф	329,44	14,81	19,77	22,28	50/150	54,26
3	Чай ройбуш с лимоном	34,63	0,06	0,01	8,2	200/8/7	4,91
4	Йогурт с черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	7,48
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
7	Хлеб тостовый пшеничный	60,85	1,87	0,53	11,79	22	3,00
		<b>638,57</b>	<b>22,27</b>	<b>29,07</b>	<b>70,82</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с вареной сгущенкой	209,68	56	7,58	22,42	1шт/80	28,92
2	Наггетсы 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	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	62,75	1,99	0,32	12,95	25	2,13
		<b>791,73</b>	<b>74,49</b>	<b>28,64</b>	<b>101,51</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	14,02
2	Рыбные наггетсы	146,29	7,85	5,21	17,08	90	48,97
3	Картофель тушеный (овощи п/ф)	150,9	3,25	4,38	24,42	150	23,53
4	Чай яблочно-вишневый	36,71	0,04	0,04	8,97	200/8	3,47
5	Молоко питьевое ванильное обогащ. витамин.	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	49,3	1,5	0,47	9,64	20	2,11
		<b>589,77</b>	<b>17,41</b>	<b>20,54</b>	<b>83,47</b>		<b>107,70</b>

Повар-бригадир *Грицюк О.М.*  
 (подпись)

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

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

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