



Утверждаю:

Администрация Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н. *Иванов*

Согласовано:

Директор

(подпись) *С.В. Фоменко*

МЕНЮ

на 20 Января 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Каша молочная манная с маком и клубничным вареньем	227,11	6,57	7,39	33,26	200/20	22,67
2	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
3	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	17,49
4	Блинчики с яблочной начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	31,78
		628,59	71,56	22,51	77,64		83,18
Обед							
1	Салат из кваш.капусты, луком зел. с маслом	60,77	0,01	6,69	0,01	80	11,31
2	Суп картофельный с рисом. и говядиной п.ф.	161,76	7,72	8,36	14,04	200/20	41,84
3	Котлета "Лакомка" /филе куриное/ с маслом /лук п/ф/	213,98	14,39	17,16	7,63	90/5	53,49
4	Рагу овощное (овощи п/ф)*	150,05	3,11	5,91	20,93	160	22,56
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200	12,77
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	16,97
7	Хлеб "Абсолют" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	41,81	1,37	0,27	9,32	21	1,90
		815,44	28,91	39,17	91,79		162,92
		1 444,03	100,47	61,68	169,43	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись) *Иванов*

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись) *Богомолова*

Мед. работник

(подпись) *Мед. работник*

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись) *Фоменко*

МЕНЮ

на 16 - 17 Января 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ 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	14,54
2	Сырники из творога п/ф	332,71	28,84	10,2	32,23	150	77,23
3	Соус вишнёвый	24,65	0,02	0,06	5,97	25	3,34
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	32	1,06	0,18	6,56	16	1,35
		578,33	37,26	16,63	70,46		107,70
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говяжьей отварной, со сметаной и зеленью (овощи п/ф)	129,99	5,15	7,91	12,2	250/10/10/0,5	31,57
3	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	297,92	14,73	16,62	22,53	40/150	76,09
4	Напиток витаминизированный		0,01		0,21	200	5,18
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	30,77	1,02	0,17	6,31	15	1,30
7	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		557,32	23,23	25,4	61,41		138,40
		1 135,65	60,49	42,03	131,87	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	10,20
2	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	280,32	7,52	11,09	37,46	200/10	22,62
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	19,38
4	Чай яблочно-клубничный	38,76	0,08	0,06	9,34	200/8	3,79
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		627,85	16,72	17,05	102,43		57,60
Обед							
1	Салат "Витаминный" (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)*	93,79	1,08	6,12	8,17	80	15,76
2	Суп картофельный с макаронами, говяжьей п.ф.	203,6	9,11	9,26	21,17	250/20	45,62
3	Шницель натурально рубленный из горбуши с маслом п/ф	146,07	2,45	14,75	10,38	100/5	79,82
4	Булгур с овощами (овощи п/ф)	243,41	6,49	7,87	39,42	165	23,13
5	Напиток тёплый из изюма	88,2	0,46	0,1	21,14	200/8	9,36
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	82,78	2,63	0,43	17,08	33	2,80
		942,85	23,87	39,14	134,95		188,50
		1 570,7	40,59	56,19	237,38	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Фоменко С.В.

(подпись)

МЕНЮ

на 16 - 20 Января 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 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	14,54
2	Сырники из творога п/ф	332,71	28,84	10,2	32,23	150	77,23
3	Соус вишнёвый	24,65	0,02	0,06	5,97	25	3,34
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	31,95	1,05	0,18	6,55	16	1,35
		578,28	37,25	16,63	70,45		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	29,19
2	Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хл. Рябин.) п/ф	230,74	12,53	16,56	15,02	90/10	49,37
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/ *	191,3	5,85	6,61	27,05	180	13,82
4	Чай ройбуш	16,25		0,01	4	200	2,76
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	51,12	1,69	0,28	10,48	26	2,16
		746,39	76,47	31,46	88,75		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной ов. п/ф	381,4	18,36	23,82	22,22	65/150	65,10
3	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	59,58	1,89	0,58	10,87	23	2,39
		644,61	25,39	27,65	71,51		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,68
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	298,7	19,13	23,48	2,72	150	56,39
3	Горячий шоколад	85	2,8	2,5	12,68	200/8	22,18
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	37,63	1,24	0,21	7,71	19	1,59
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		525,17	25,65	26,93	44,03		107,70
Пятница							
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	Шницель натуральный рубленный /минтай/ с маслом (п/ф)	240,32	16,01	19,14	10,45	100/10	53,97
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	200,66	3,7	7,21	30,16	185	20,46
4	Чай яблочно-брусничный	39,01	0,08	0,07	9,38	200/8	4,63
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	50,48	1,85	0,32	11,25	25	2,27
		781,94	27,69	37,52	93		107,70

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____ Фоменко С.В.
 (подпись)

МЕНЮ

на 16 - 20 Января 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Мак-н-чиз с филе куриным (макаронны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл.)	426,92	21,8	15,82	48,73	250	62,38
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	41,24	1,31	0,21	8,51	16	1,40
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,62
		619,96	26,41	16,54	89,31		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Тефтели мясные с маслом (говядина, свинина)	324,39	11	25,62	12,19	90/10	53,56
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	175,22	3,94	5,89	26,51	180	24,68
4	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
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	1,45
		735,74	21,34	34,48	84,5		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) С	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Джем UPRO 20 гр	55,2	0,1		14,32	1шт/20гр	9,28
3	Запеканка из творога*	339,71	20,97	16,36	30,93	160	62,04
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	40,67	1,19	0,59	7,06	17	2,43
		697,75	27,52	27,81	87,35		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,68
2	Рыбные палочки с маслом сливочным	52,19	0,03	5,77	0,04	80/3	48,63
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
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.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,54
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		402,19	9,11	14,65	59,07		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	100,51	1,12	6,38	9,16	80	17,60
2	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	305,45	14,35	24,74	10,92	55/50	50,48
3	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	200,49	3,93	7,09	36,26	160	17,13
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 "Абсолютик" ржано-пшеничный	46,65	1,35	0,33	8,88	20	2,03
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	50,5	1,65	0,33	11,25	25	2,27
		839,4	23,48	39,55	103,91		107,70

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

Технолог

Фоменко С.В.