

МЕНЮ

на 17 - 21 Октября 2022 г. 1-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл.пш."Здоровье" н)	105,65	5,24	4,93	9,39	20/15	14,65
2	Плов из индейки (овощи п/ф)	173,07	8,37	14,29	2,63	30/170	41,36
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 "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,55
		573,18	21,14	23,42	61,74		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	59,57	1,77	0,69	11,52	236/10м	14,02
2	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом	247,32	7,47	7,47	37,4	200/5	17,58
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
4	Фрукт апельсин свежий					250	35,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	27,93	0,92	0,15	5,73	14	1,18
		432,32	13,15	10,83	70,22		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	3,85	0,25	0,04	0,67	35	5,43
2	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	263,47	11,79	14,09	22,22	30/150	61,60
3	Напиток из брусники и клубники	58,88	0,19	0,11	13,94	200/12	10,07
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	34,32	1,13	0,19	7,04	17	1,45
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		403,36	14,72	14,65	52,71		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек зел, лук репч, огурцы сол, с маслом) ов.п/ф	78,29	1,4	4,21	8,59	80	12,04
2	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
3	Макароны аль-помодоро	223,33	4,43	8,78	31,29	150	8,59
4	Чай яблочно-вишневый	52,71	0,04	0,04	12,96	200/12	3,93
5	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	25,8	0,85	0,14	5,29	13	1,09
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		733,23	25,64	34,48	78,67		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Тефтели мясные с маслом сливочным п/ф	226,7	7,95	18,7	6,53	70/5	38,17
3	Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	163,35	3,2	5,82	24,35	150	19,54
4	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	40,34	1,18	0,58	7	17	2,41
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	34,34	1,12	0,22	7,65	17	1,55
		611,56	14,87	25,49	79,95		80,00

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам _____
 Грицюк О.М.

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____
 Фоменко С.В.

Утверждаю:

Согласовано:



Акционерное общество Комбинат школьного питания

Центральный
г.Н. *Марел*

Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 17 - 21 Октября 2 022 г. 2-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	117,62	5,55	5,15	12,14	23/15/15	18,58
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	248,8	6,86	11,78	28,99	200/10	22,80
3	Какао молочно-шоколадный	93	2,8	2,5	14,68	200	14,44
4	Йогурт со злаками черники питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	34,08	1,12	0,19	6,99	17	1,43
		567,5	19,13	22,12	73,8		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	4,4	0,28	0,04	0,76	40	6,20
2	Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,24
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	20,21
4	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	52,14	1,66	0,27	10,76	21	1,77
		505,47	16,63	22,63	57,74		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
2	Фрикасе из филе куриного п/ф	149,42	12,24	10,19	6,96	70	52,66
3	Гречка отварная с овощами п/ф м.р	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
4	Чай ройбуш	16			3,99	200	2,76
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,44
		431,67	21,06	18,23	50,35		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным /хл. Здоровье/	51,2	1,63	0,5	9,34	206/10м	13,65
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	239,01	15,3	18,78	2,18	120	44,76
3	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
4	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	34,08	1,12	0,19	6,99	17	1,44
		410,69	19,09	19,53	38,69		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат в стиле греческий с маслом	84,02	0,62	7,95	2,37	70	22,40
2	Минтай, запеченный с сыром	121,68	12,84	6,6	2,61	60	36,92
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	199,74	3,63	8	33,93	150	12,30
4	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200/12	5,09
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	24,6	0,72	0,36	4,27	10	1,47
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	40,4	1,32	0,26	9	20	1,82
		525,45	19,21	23,24	65,55		80,00

Повар-бригадир _____
(подпись)

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

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Фоменко С.В.
(подпись)



Утверждаю:

Согласовано:

Администрация Комбинат школьного питания

Центральный
М.Н. Марин

Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 17 - 18 Октября 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)	117,64	5,55	5,15	12,14	23/15/15	18,58
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	215,7	6,81	8,15	28,92	200/5	18,43
3	Какао молочно-шоколадный	93	2,8	2,5	14,68	200	14,44
4	Йогурт со злаками черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,74
		500,34	17,96	18,3	66,74		74,19
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	143,58	5,14	7,87	15,64	250/10/10	34,00
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	208,91	9,36	15,79	7,13	90/5	47,54
4	Макаронные изделия отварные*	216,63	5,62	4,4	38,36	150	9,77
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	8,02
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	61,11	1,94	0,32	12,61	24	2,07
		774,03	24,55	28,95	102,69		115,41
		1 274,37	42,51	47,25	169,43	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	29,19
2	Каша пшенная молочная (жидкая) с маслом	280,42	7,52	11,09	37,47	200/10	21,95
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 "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	33,14	1,09	0,18	6,79	17	1,41
		668,04	68,4	21,79	90,33		82,87
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 п/ф	183,81	4,86	13,31	10,89	250	31,07
3	Бедро куриное запеченное	229,36	14,66	18,59		90	37,29
4	Гречка отварная с овощами п/ф м.р	142,89	4,85	3,7	22,5	150	11,35
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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,44
		785,41	28,1	42,41	71,16		106,73
		1 453,45	96,5	64,2	161,49	Итого за день	189,60

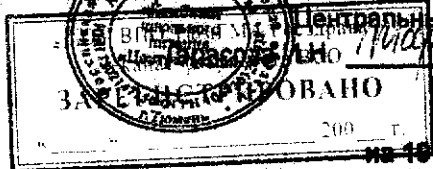
Повар-бригадир _____
(подпись)

Экономист по ценам _____ Богомолова Е.Н.

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог Фоменко _____ Фоменко С.В.
(подпись)

Директор _____
 (подпись)



МЕНЮ

на 19 - 20 Октября 2022 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 со сгущенным молоком*	298,76	17,06	14,87	27,16	130/20	57,38
3	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
		468,54	19,01	15,63	66,37		83,71
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	45,81	0,03	5	0,16	60	7,96
2	Суп-пюре из гороха с гренками пф	160,47	7,35	3,67	25,06	200/10	10,47
3	Минтай, запеченный с сыром	182,53	19,26	9,9	3,91	90	55,38
4	Рис припущенный	203,28	3,73	7,48	37,35	150	12,18
5	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200/10	6,51
6	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,54
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		769,38	34,23	26,55	105,52		106,89
		1 237,92	53,24	42,18	171,89	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным /хл.Здоровье/	51,2	1,63	0,5	9,34	206/10м	13,65
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	239,01	15,3	18,78	2,18	120	44,76
3	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
4	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	34	1,12	0,19	6,97	17	1,44
		410,61	19,09	19,53	38,67		80,00
Обед							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60,52	1,95	4,01	3,96	60	10,94
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	160,43	5,53	7,64	19,17	250/10/7	35,96
3	Печень "По-строгановски"	132,06	12,75	6,35	7,86	40/40	36,26
4	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	18,59
5	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200/12	6,76
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,9	1,39	0,23	9,06	17	1,48
		655,61	26	24,28	86,39		109,60
		1 066,22	45,09	43,81	125,06	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам _____
 Богомолова Е.Н.

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____
 Фоменко С.В.
 (подпись)

Утверждаю:

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 21 - 22 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 бетон н)	114	5,38	5,11	11,57	23/15	15,02
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	264,26	8,11	8,04	39,51	200/5	23,16
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	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
		655,65	22,93	23,84	84,43		82,88
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом, зеленью	55,67	0,56	5,09	1,73	30/30/5/0,5 з	12,90
2	Уха "Рыбачья" (минтай) с зеленью п/ф	108,1	6,13	4,53	10,63	200/25/0,5 з	21,75
3	Люля-кебаб из куриного филе (хл.рябин) п/ф	146,34	11,05	8,27	13,23	80	35,15
4	Гречетто (крупа греч., масло слив., лук, чеснок, сливки, сыр) п/ф	198,2	6,47	10,65	19,11	150	19,54
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,77
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	46,53	1,37	0,67	8,08	20	2,78
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	40,4	1,32	0,26	9	20	1,83
		692,21	27,11	29,55	86,25		106,72
		1 347,86	50,04	53,39	169,68	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом*	183,79	4,32	10,25	18,41	200/10	22,03
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	19,38
4	Блинчики с яблочной начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	31,78
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		685,27	70,56	25,58	86,17		86,26
Обед							
1	Салат из свежей капусты с маслом п/ф	54,34	0,93	3,05	5,64	60	4,56
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью п/ф	130,58	2,66	5,53	20,14	250/10/1	22,63
3	Котлета "Лакомка" из индейки п/ф	143,63	11,7	10,63	5,04	60	40,51
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.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	48,02	1,52	0,25	9,91	19	1,62
		690,13	21,08	30,09	90,32		103,34
		1 375,4	91,64	55,67	176,49	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____

(подпись)

Экономист по ценам _____

Богомолова Е.Н.

Мед. работник _____

(подпись)

Технолог _____

Фоменко С.В.

(подпись)