

МЕНЮ

на 24 - 28 Апреля 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Тост с сыром и свежими овощами (тост.хл,огур,сыр Сулугуни)	94,87	4,55	3,15	9,63	17/15/13	16,56
2	Сырники из творога п/ф	331,69	28,84	10,14	32,3	150	77,23
3	Соус вишнёвый	19,72	0,01	0,05	4,77	20	2,67
4	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200/8	11,24
		546,78	36,79	16,96	60,38		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,64	0,08	2,24	80	12,40
2	Омлет запеченный натуральный	254,14	15,96	19,18	2,96	150	44,43
3	Какао молочно-шоколадный	96	3,2	3,6	12,78	200/8	14,21
4	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	50,29	1,6	0,23	10,51	23	2,08
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,58
		450,03	21,72	23,41	36,33		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Салат из свеклы с сыром Адыгейский с маслом п/ф	66,15	1,1	4,03	6,49	80	12,49
2	Говядина с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	229,01	17,72	10,53	15,63	40/160	74,49
3	Чай ройбуш с лимоном	34,63	0,06	0,01	8,2	200/8/7	4,91
4	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	36	1,19	0,2	7,38	18	1,52
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	67,76	2,15	0,35	13,98	27	2,31
		511,55	25,22	17,62	62,68		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	183,69	12,46	11,39	14,97	90/3	42,36
2	Гречка отварная с овощами п/ф	164,62	4,85	6,15	22,55	150	9,61
3	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
4	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,68	56	7,58	22,42	1/80гр	28,92
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	55,6	1,77	0,25	11,63	25	2,30
6	Фрукт апельсин свежий	49,4	1,04	1,17	13	130	18,60
		694,99	76,12	26,54	92,55		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом (ряб) Сырбогатов	109,04	1,46	7,47	8,98	17x/10м	11,20
2	Рыбные палочки	149,07	8,95	4,78	18,95	90	54,98
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	148,68	3,38	5,17	22,12	150	20,57
4	Чай яблочно-вишневый	36,71	0,04	0,04	8,97	200/8	3,47
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.	44,5	1,47	0,24	9,12	22	1,88
		568,9	18,2	20,2	79,84		107,70

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицук О.М.

Экономист по ценам

(подпись)

Грицук О.М.



МЕНЮ

на 28 - 29 Апреля 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Блинчики с вареной сгущенкой	209,68	56	7,58	22,42	1шт/80	28,92
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	243,55	5,79	11,56	29,16	200/10	22,70
3	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200	11,24
4	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	17,50
		655,73	71,18	27,76	73,66		80,36
Обед							
1	Салат из кваш.капусты, луком зел. с маслом	59,77	0,01	6,63	0,08	80	11,31
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	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,63
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,31	1,37	0,22	8,94	17	1,47
		810,92	30,89	39,77	91,07		165,74
		1 466,65	102,07	67,53	164,73	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Тост с сыром и свежими овощами (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,54
2	Сырники из творога п/ф	331,69	28,84	10,14	32,3	150	77,23
3	Соус вишнёвый	24,65	0,02	0,06	5,97	25	3,34
4	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200/8	11,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	32	1,06	0,18	6,56	16	1,35
		588,31	37,66	17,67	70,63		107,70
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец)	19,8	0,94	0,13	3,37	50/30	27,18
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью (ов.п/ф)	98,9	3,78	5,87	10,34	200/5/10/1	21,76
3	Запеканка картофельная со свининой п/ф	398,7	16,41	22,45	35,36	200	59,58
4	Напиток тёплый из клюквы и груш	48,9	0,17	0,11	11,44	200/8	16,24
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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	48,31	1,53	0,25	9,97	19	1,63
		699,61	24,48	29,42	88,07		138,40
		1 287,92	62,14	47,09	158,7	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Грицюк О.М.

(подпись)

МЕНЮ

на 26 - 27 Апреля 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
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 овсяная с грушей, маслом сливочным	227,14	7,13	9,27	29,16	200/5	24,63
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200	9,52
4	Фрукт апельсин свежий	49,4	1,04	1,17	13	130	18,60
		517,02	13,49	21,39	72,03		73,14
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец)	20	0,96	0,12	3,48	40/40	29,92
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 (макаронь, 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	15,71
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	60,48	1,92	0,31	12,48	24	2,05
		684,42	37,76	22,23	82,06		172,96
		1 201,44	51,25	43,62	154,09	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	23/10	14,02
2	Омлет запеченный натуральный	254,14	15,96	19,18	2,96	150	44,43
3	Какао молочно-шоколадный	96	3,2	3,6	12,78	200	14,21
4	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,91
5	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	55,5	1,75	0,3	11,45	25	2,23
		575,96	23,54	31,4	46,55		92,80
Обед							
1	Салат "Ромашка" (картофель, горошек конс., морковь., масло растит.) п/ф	112,22	1,49	8,12	8,44	80	10,93
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	227,34	11,44	8,7	25,75	200/20/10	46,47
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	Перлотто	269,5	8,48	13,64	28,22	150	26,37
5	Напиток тёплый из брусники и клубники	42,88	0,19	0,11	9,95	200	9,61
6	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	66,6	2,1	0,36	13,74	30	2,68
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	60,2	1,92	0,27	12,59	27	2,50
		1 076,47	41,65	52,57	115,9		153,30
		1 652,43	65,19	83,97	162,45	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицок О.М.

(подпись)

Утверждаю:

Андрей Сергеевич Комбинат школьного питания



Центральный
И.Н. *Марин*

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 24 - 25 Апреля 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Тост с сыром и свежими овощами (тост.хл.огур.сыр Сулугуни)	94,87	4,55	3,15	9,63	17/15/13	16,56
2	Сырники из творога п/ф	331,69	28,84	10,14	32,3	150	77,23
3	Соус вишнёвый	19,72	0,01	0,05	4,77	20	2,67
4	Кофейный напиток с молоком	100,5	3,39	3,62	13,68	200/8	11,24
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,56
		587,18	38,09	17,18	68,68		109,26
Обед							
1	Помидоры и огурцы свежие (порционные)	15,6	0,76	0,12	2,64	40/40	15,69
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью (ов.п/ф)	157,34	9,68	9,74	10,34	200/20/10/1	43,91
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной о.п/ф	329,44	14,81	19,77	22,28	50/150	54,26
4	Напиток тёплый из свежих яблок с клубникой	52,9	0,23	0,18	12,22	200	8,69
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,56
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	68,35	2,17	0,35	14,1	27	2,33
		711,03	29,35	30,78	79,68		136,84
		1 298,21	67,44	47,96	148,36	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 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 "Абсолют" ржано-пшеничный	35,85	1,04	0,26	6,83	15	1,56
		566,88	14,54	13,72	96,63		53,74
Обед							
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 "Абсолют" 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
		953,74	36,92	44,81	123,14		192,36
		1 520,62	51,46	58,53	219,77	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

[Signature]
(подпись)

Экономист по ценам

[Signature] Богомолова Е.Н.

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Экономист по ценам

[Signature] Грицюк О.М.
(подпись)



МЕНЮ

на 24 - 28 Апреля 2 023 г. 2-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 (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл.)	351,12	20,25	13,62	36,67	55/150	59,66
3	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
4	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	32,89	1,06	0,18	6,76	16	1,27
5	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
6	Фрукт апельсин свежий	49,4	1,04	1,17	13	130	18,60
		584,25	25,27	15,63	85,95		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Салат из свеклы с сыром Адыгейский с маслом п/ф	66,15	1,1	4,03	6,49	80	12,49
2	Голубцы ленивые лук п/ф 90гр	198,13	11,99	12,17	10,06	90	43,22
3	Картофель отварной (карт.п/ф)	150,26	3,05	4,41	24,52	150	20,57
4	Напиток тёплый из брусники	43,5	0,18	0,13	10,03	200/8	11,71
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	48,84	1,55	0,22	10,21	22	2,03
		635,58	22,15	23,8	82,11		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом (хл.Здоровье)	117,4	1,73	7,75	9,48	20/10	11,94
2	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем*	431,56	18,07	18,27	49,62	150	61,11
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/7гр	9,88
4	Цикорий с молоком*	104,8	3,36	3,6	14,78	200/8	13,29
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	25,8	0,85	0,14	5,29	13	1,08
		772,76	25,39	31,35	96,81		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	15,6	0,76	0,12	2,64	40/40	15,68
2	Рыбные палочки	149,07	8,95	4,78	18,95	90	54,98
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	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
6	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	35,59	1,12	0,19	7,34	16	1,43
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	48,35	1,54	0,22	10,11	22	2,01
		495,3	18,75	12,98	77,15		107,70
Пятница							
Завтрак							
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/	402,7	18,64	33,85	4,94	70/30	64,11
3	Рис припущенный с овощами /лук,морковь/ п/ф	199	3,63	7,96	33,98	150	12,30
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 "Рябиношка" пшеничный витамин.	52,73	1,67	0,27	10,88	21	1,79
		849,74	25,03	49,37	77,32		107,70

Повар-бригадир

[Signature]
(подпись)

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Экономист по ценам

[Signature]
(подпись)

Грицюк О.М.

Экономист по ценам

[Signature]
(подпись)

Грицюк О.М.