

утверждаю:

Согласовано:



Аудиторское общество Комбинат школьного питания
Центральный
г. И.Н. *И.Н.*

Директор *О.И. Фокина*
(подпись)

МЕНЮ

на 28 Ноября - 2 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)	99,93	4,34	3,68	12,25	24/10/10	13,43
2	Сырники из творога п/ф	221,81	19,23	6,8	21,49	100	51,49
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,61
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
		441,52	26,65	13,05	54,56		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	14,02
2	Люля-кебаб из куриного филе (лук п/ф)	123,82	11,95	8,28	6,3	75	40,13
3	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
4	Чай с лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/7л	3,54
5	Фрукт яблоко свежее					100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	54,2	1,79	0,3	11,11	27	2,30
		453,35	20,42	15,47	63,62		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	40,35	1,3	2,67	2,64	40	7,29
2	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	263,47	11,79	14,09	22,22	30/150	61,60
3	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	7,97
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	28,29	0,83	0,41	4,91	12	1,69
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		433,2	15,48	17,49	52,46		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр					1шт/80гр	24,70
2	Омлет запеченный натуральный	175,19	13,62	12,32	2,44	130	38,51
3	Какао молочно-шоколадный	93	2,8	2,5	14,68	200/10	14,44
4	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	69,53	2,21	0,36	14,35	28	2,35
		337,72	18,63	15,18	31,47		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом и зеленью (батон в/с)	59,57	1,77	0,69	11,52	23 б/10 м	13,94
2	Шницель натур. рубленный из горбуши п/ф	56,51	1,2	5,56	5,15	50	37,56
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150	20,57
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200/12	4,89
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	1,45
		361,87	8,88	7,79	68,49		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

Утверждаю:

Согласовано:

Аудиторское общество Комбинат школьного питания

Директор

(подпись)



Центральный
Л.Н. *Марин*



МЕНЮ

на 28 Ноября - 2 Декабря 2 022 г. 2-Комплекс 80 завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	16,8	0,77	0,14	2,66	70	16,56
2	Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл. мука)	325,67	17,42	10,91	38,95	200	49,90
3	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,75
4	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	39,76	1,15	0,28	7,57	17	1,73
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,06
		519,83	22,01	11,89	78,7		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Морковь с сахаром п/ф	44,3	0,84	0,06	9,87	70	7,64
2	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	156,28	8,27	10,81	6,27	80/5	42,81
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150	20,57
4	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200/12	6,37
5	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	27,46	0,91	0,15	5,63	14	1,16
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		430,19	14,61	12,35	64,61		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (хл Рябинушка) "Сыробогатов"	42,84	1,36	0,22	8,84	17/10 м	11,20
2	Запеканка из творога*	196,5	15,06	9,67	15,28	125	48,47
3	Молоко сгущеное с сахаром	66	1,36	1,7	11,2	20	7,26
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	11,47
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	26,78	0,79	0,39	4,65	11	1,60
		429,62	21,56	14,5	55,54		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Огурцы соленые	3,25	0,2	0,03	0,43	25	7,80
2	Горбуша запеченая	36,99	0,31	3,03	2,07	50	48,71
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Чай с сахаром и лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/12/7	3,53
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	1,76
		343,47	6,48	9,39	57,69		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек зел, лук репч, огурцы сол, с маслом) ов.п/ф	68,5	1,23	3,68	7,51	70	10,54
2	Азу из свинины"По-новому" (лук п/ф)	206,61	9,96	17,1	2,49	40/40	42,24
3	Булгур с овощами (овощи п/ф)	242,7	5,81	9,62	35,71	150	14,19
4	Напиток тёплый из изюма	96,2	0,46	0,1	23,14	200/10	9,59
5	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	54,21	1,72	0,28	11,19	22	1,83
		706,22	20,43	30,99	87,83		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.

Утверждаю:
 Администрация Комбинат школьного питания
 Центральный
 Г.Тюмень
 И.Н. *Масал*

Согласовано:
 Директор *О.В. Фокина*
 (подпись)

МЕНЮ

на 30 Ноября - 1 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон нар.в/с)*	95,87	4,18	3,64	11,55	236/5м/10с	16,51
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,66	6,68	8,02	29,04	200/5	24,63
3	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
		454,33	11,94	12,34	70,03		59,56
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	12,40
2	Уха по-ростовски с зеленью (овощи п/ф)	92,82	1,77	3,81	12,7	200/40/0,5 з	57,38
3	Паста с соусом корбанара (филе кур) п.ф.	348,99	13,96	18,38	32,14	200	43,63
4	Напиток "Тюменский туесок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	31,3	1,03	0,17	6,42	16	1,32
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		582,35	18,85	22,75	75,15		130,04
		1 036,68	30,79	35,09	145,18	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 6/10 м	12,31
2	Омлет запеченный натуральный	216,11	13,68	16,81	2,53	130	38,51
3	Какао молочно-шоколадный	93	2,8	2,5	14,68	200/10	14,44
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38,55	1,27	0,21	7,9	19	1,63
5	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	16,24
		511,33	20,42	27,66	44,27		83,13
Обед							
1	Салат "Степной" (картофель, морковь, огурцы сол., горошек зел. лук репч., маслом) ов.п/ф	91,22	1,1	7,13	5,52	70	12,17
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	184,48	6,56	6,11	25,75	200/10/10	31,71
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	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
5	Напиток из брусники и клубники	58,88	0,19	0,11	13,94	200/12	10,07
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	24,14	0,8	0,13	4,95	12	1,02
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		772,2	24,39	35,4	92,95		106,47
		1 283,53	44,81	63,06	137,22	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам _____
 Богомолова Е.Н.

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____
 Фоменко С.В.
 (подпись)

МЕНЮ

на 2 - 3 Декабря 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	10,20
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	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
		436,91	11,93	12,34	70,75		62,42
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным /лук п/ф/	53,44	0,03	5,84	0,19	70	9,29
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, зеленью п/ф	122,51	2,51	4,78	18,59	250/5/1	21,29
3	Люля-кебаб из куриного филе с маслом слив. (лук п/ф)	156,87	12	11,91	6,37	75/5	44,83
4	Рагу овощное (овощи п/ф) м.р.*	180,56	3,02	10,42	18,3	150	17,61
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,77
6	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	17,91
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	55,09	1,75	0,28	11,37	22	1,87
		748,09	21,53	33,9	93,78		127,18
		1 185	33,46	46,24	164,53	Итого за день	189,60
Суббота							
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*	289,77	16,46	14,36	26,54	125/20	55,73
3	Чай яблочно-брусничный	55,01	0,08	0,07	13,37	200	5,09
		459,55	18,41	15,12	65,75		82,06
Обед							
1	Салат из свежей капусты с перцем сладким с маслом	71,74	1,24	4,07	7,35	80	9,31
2	Суп-пюре из гороха с гренками пф	190,62	8,87	4,54	29,27	250/10	12,95
3	Минтай, запеченный с сыром	171,59	18,7	9,01	3,75	90	53,20
4	Рис припущенный	203,23	3,73	7,48	37,35	150	12,53
5	Напиток из сухофруктов	98	1,3	0,08	22,73	200	6,51
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	28,17	0,93	0,15	5,77	14	1,19
8	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		853,19	36,53	25,95	124,86		107,54
		1 312,74	54,94	41,07	190,61	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Фоменко С.В.