

Утверждаю:  
 Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 И.Н.

Согласовано:  
 Директор   
 (подпись)

## МЕНЮ

на 5 - 9 Февраля 2024 г. 1-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Тост двойной с сыром Гауда	166,38	8,92	7,18	24,81	34/29	32,49
3	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	232,31	6,5	7,48	34,51	220/5	23,50
4	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Фрукт яблоко свежее	47,98	0,41	0,41	10	102	11,29
		<b>675,72</b>	<b>22,45</b>	<b>27,77</b>	<b>91,25</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Котлета мясная /говядина,свинина/* лук п/ф	184,3	12,27	11	13,54	90	46,24
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай гречишный	0,01				200	0,74
5	Конфеты железные "ФрутЛандия" 16гр	51,2		0,02	12,48	1шт/16гр	6,66
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,81
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	88,94	2,82	0,46	18,35	35	3,11
		<b>514,94</b>	<b>19,76</b>	<b>16,84</b>	<b>75,89</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие с зеленью	9,07	0,57	0,08	1,57	80	17,92
2	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	52,33
3	Гречка отварная	148,81	4,96	4,43	22,33	130	7,56
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Йогурт персик+манго питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	49,36	1,57	0,22	10,32	22	2,09
		<b>529,46</b>	<b>19,1</b>	<b>18,67</b>	<b>72,06</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Рыбные палочки	133,16	8,95	3	18,93	90	33,18
2	Картофель отварной п/ф	152,07	3,14	4,24	25,25	150	20,70
3	Чай яблочно-красносмородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200/6	3,66
4	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
5	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	72,09	2,1	0,94	11,61	22	2,82
6	Фрукт апельсин свежий	79,55	1,67	0,37	14,99	185	30,78
		<b>511,27</b>	<b>18,63</b>	<b>10,16</b>	<b>82,88</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Поджарка из свинины п/ф	214,12	12,5	16,35	3,44	50/40	49,57
3	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
4	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	4,54
5	Пастила фруктовая натуральная 25гр	47,5	0,35		11	1шт/25гр	27,30
6	Батон нарезной в/с	51,8	1,54	0,6	10,02	20	2,13
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	30,84	0,94	0,29	6,03	13	1,31
		<b>509,97</b>	<b>18,2</b>	<b>25,76</b>	<b>49,29</b>		<b>107,70</b>

Шеф-Повар

(подпись)

Старший  
калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.



Утверждаю:

Административное хозяйство Комбинат школьного питания  
Центральный  
И.Н. Масал

Согласовано:

Директор

(подпись)



### МЕНЮ

на 5 - 9 Февраля 2 024 г. 2-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	71,81
2	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
3	Конфеты железные "ФрутЛандия" 16гр	153,6		0,05	37,44	3шт/16гр	19,97
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
5	Хлеб "Московский" ржаной	42,51	1,66	0,3	8,27	23	1,98
		<b>665,11</b>	<b>15,67</b>	<b>37,41</b>	<b>106,09</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	285,24	8,14	8,58	43,62	230/6	24,74
3	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
4	Кофейный напиток с цикорием с молоком (курземе с цикорием)	89,28	3,17	2,5	11,99	200	12,31
5	Батон нарезной в/с	53,69	1,6	0,62	10,39	21	2,21
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
7	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	37,06
		<b>646,31</b>	<b>17,43</b>	<b>21,99</b>	<b>93,28</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тост двойной с сыром Гауда	166,38	8,92	7,18	24,81	34/29	32,49
2	Мясо с картофелем в стиле шурпа п/ф	238,37	13,81	13,65	14,17	50/150	56,21
3	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
4	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 мл	16,25
		<b>545,59</b>	<b>26,01</b>	<b>23,38</b>	<b>66,75</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
2	Соус сметанный с томатом для запекания	10,44	0,25	0,58	1,04	15	1,59
3	Рис припущенный	159,68	2,84	3,3	29,66	120	9,56
4	Напиток фруктовый (яблочный) с/м	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	7,82
5	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус пломбира инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
6	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,44	0,44	10,78	110	12,16
7	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
8	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	24,98	0,79	0,14	5,15	11	0,99
		<b>604,9</b>	<b>21,76</b>	<b>19,54</b>	<b>82,66</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Джем "Махеев" клубничный	81,6			20,1	30	14,06
2	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
3	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	351,68	19,48	16,3	36,25	130	56,81
4	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
5	Батон нарезной в/с	74,83	2,22	0,87	14,48	29	3,08
6	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	20,80
		<b>649,71</b>	<b>22,67</b>	<b>24,86</b>	<b>85,91</b>		<b>107,70</b>

Шеф-Повар

[Signature]  
(подпись)

Старший калькулятор

[Signature]  
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

[Signature]  
(подпись)

Старший калькулятор

[Signature]  
(подпись)

Грицюк О.М.

**МЕНЮ**

на 5 - 6 Февраля 2 024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	196,09	5,32	6,78	28,25	180/5	20,06
4	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Московский" ржаной	26,41	1,03	0,18	5,14	14	1,23
		<b>534,74</b>	<b>17,43</b>	<b>23,25</b>	<b>67,73</b>		<b>77,96</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/ (ов. п/ф)	170,09	14,69	6,99	12,05	200/50	57,08
3	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,51
4	Картофель отварной п/ф	162,2	3,35	4,53	26,94	160	22,08
5	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	66,83	1,95	0,87	10,77	20	2,61
7	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
		<b>729,5</b>	<b>33,22</b>	<b>23,84</b>	<b>93,14</b>		<b>168,14</b>
		<b>1 264,24</b>	<b>50,65</b>	<b>47,09</b>	<b>160,87</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка из творога*	289,75	21,12	14,89	23,03	150	60,50
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
3	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
4	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
		<b>484,18</b>	<b>28,39</b>	<b>21,68</b>	<b>49,99</b>		<b>113,71</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощная нарезка с маслом растительным (томаты,огурцы св)	49,36	0,72	4,08	2,32	80	23,27
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью п/ф	165,47	8,13	10,48	9,42	250/20/10/1	45,51
3	Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром п/ф	252,4	15,12	7,73	30,08	110/45/25	55,96
4	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	47,37	1,52	0,26	9,73	23	1,89
6	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витамин.	85,68	2,72	0,44	17,68	34	3,01
		<b>660,22</b>	<b>28,59</b>	<b>23,04</b>	<b>85,3</b>		<b>132,39</b>
		<b>1 144,4</b>	<b>56,98</b>	<b>44,72</b>	<b>135,29</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.

**МЕНЮ**

на 7 - 8 Февраля 2 024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	271,56	13,83	14,3	21,55	180	38,15
2	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
3	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 м	16,25
4	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	66	2,1	0,3	13,8	30	2,80
		<b>489,4</b>	<b>20,37</b>	<b>17,57</b>	<b>61,75</b>		<b>61,94</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие (томаты, перец сладкий)	19,8	0,94	0,13	3,37	50/30	35,08
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной п/ф	166,63	5,63	8,1	17,6	250/10/10	37,46
3	Поджарка из свинины /лук п/ф/	252,44	15,2	18,55	5,14	60/30	60,63
4	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
5	Напиток тёплый яблочно-вишневый	46,52	0,16	0,1	11	200/8	6,93
6	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	88	2,8	0,4	18,4	40	3,74
		<b>747,68</b>	<b>28,88</b>	<b>28,91</b>	<b>90,68</b>		<b>184,16</b>
		<b>1 237,08</b>	<b>49,25</b>	<b>46,48</b>	<b>152,43</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	195,17	6,46	8,05	24,03	180/5	17,78
2	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
3	Йогурт персик+манго питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
4	Кисломолочный напиток "Кефир" витаминизир. инд.уп. 100 гр	50	3	2,5	3,9	1шт/100гр	15,60
5	Фрукт мандарин свежий	36,1	0,76	0,19	7,13	95	17,91
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,74
		<b>547,52</b>	<b>19,96</b>	<b>17,29</b>	<b>75,91</b>		<b>91,60</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Свекольник с мясом со сметаной п/ф	197,13	7,9	11,41	15,23	250/20/10	40,99
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	148,51	11,64	7,5	13,34	90/5	47,48
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок "Сады Придонья" Яблоко виноград 1л					200	21,96
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	79,62	2,32	1,04	12,83	24	3,11
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,74
		<b>632,79</b>	<b>27,34</b>	<b>25,32</b>	<b>75,68</b>		<b>154,50</b>
		<b>1 180,31</b>	<b>47,3</b>	<b>42,61</b>	<b>151,59</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

(подпись)

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.

**МЕНЮ**

на 9 Февраля 2024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр плавленый с зеленью "Дружба"	41,44	1,46	3,25	1,63	16,25/1	8,96
2	Йогурт с черникой питьевой инд.уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
3	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
4	Кофейный напиток с цикорием с молоком (курземё с цикорием)	89,28	3,17	2,5	11,99	200	12,31
5	Блинчики с абрикосовой начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	30,49
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>576,98</b>	<b>15,53</b>	<b>18,36</b>	<b>87,35</b>		<b>101,29</b>
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая тыква 15 гр. ТМ Зеленика	70,53	1,04	4,23	5,88	15	35,75
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками п/ф	278,76	7,89	13,82	30,54	250/20/1	37,13
3	Рыбные палочки	133,16	8,95	3	18,93	90	33,18
4	Рис припущенный с овощами п/ф	165,93	2,93	4,19	29,08	120	11,81
5	Сок "Сады Придонья" Яблочный прямого отжима 1л					200	22,01
6	Батон нарезной в/с	69,24	2,06	0,8	13,39	27	2,85
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>766,22</b>	<b>24,35</b>	<b>26,5</b>	<b>107,32</b>		<b>144,81</b>
		<b>1 343,2</b>	<b>39,88</b>	<b>44,86</b>	<b>194,67</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.



Центральный  
Гарасов И.Н. *Masell*

Директор



### МЕНЮ

на 7 - 8 Февраля 2 024 г. 2-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 12-18

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	271,56	13,83	14,3	21,55	180	38,15
2	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
3	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	161,8	5,8	5	23,4	2 шт/100 м	32,50
4	Хлеб "Николаевский" йодир.	36,45	1,11	0,35	7,13	15	1,56
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,68
		<b>602,15</b>	<b>24,3</b>	<b>20,16</b>	<b>80,28</b>		<b>79,55</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры, перец)	15,7	0,8	0,11	2,69	30/30/20	28,83
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной п/ф	166,63	5,63	8,1	17,6	250/10/10	37,46
3	Поджарка из свинины /лук п/ф/	336,59	20,26	24,73	6,85	120	80,84
4	Овощи тушеные	59,67	2,85	1,25	8,78	160	14,80
5	Напиток тёплый яблочно-вишневый	46,52	0,16	0,1	11	200/8	6,93
6	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	97,2	2,96	0,92	19	40	4,16
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	132	4,2	0,6	27,6	60	5,62
		<b>924,06</b>	<b>36,86</b>	<b>35,81</b>	<b>110,96</b>		<b>203,00</b>
		<b>1 526,21</b>	<b>61,16</b>	<b>55,97</b>	<b>191,24</b>	<b>Итого за день</b>	<b>282,55</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	219,8	7,18	9,27	26,71	200/6	20,16
2	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
3	Йогурт персик+манго питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
4	Кисломолочный напиток "Кефир" витаминизир. инд.уп. 100 гр	50	3	2,5	3,9	1шт/100гр	15,60
5	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	164,5	4,8	2,15	26,5	50	6,44
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	88,8	2,8	0,48	18,32	40	3,48
		<b>748,9</b>	<b>24,2</b>	<b>19,85</b>	<b>113,96</b>		<b>106,04</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие с зеленью	9,07	0,57	0,08	1,57	80	17,92
2	Свекольник с мясом со сметаной п/ф	188,39	7,29	10,72	15,23	250/20/10	40,76
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	148,51	11,64	7,5	13,34	90/5	47,48
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок "Сады Придонья" Яблоко виноград 1л					200	21,96
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	197,4	5,76	2,58	31,8	60	7,72
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	88,8	2,8	0,48	18,32	40	3,48
		<b>786,5</b>	<b>31,58</b>	<b>26,41</b>	<b>103,86</b>		<b>160,91</b>
		<b>1 535,4</b>	<b>55,78</b>	<b>46,26</b>	<b>217,82</b>	<b>Итого за день</b>	<b>266,95</b>

Шеф-Повар

*[Signature]*  
(подпись)

Мед. работник

*[Signature]*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*[Signature]*  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

*[Signature]*  
(подпись)

Грицюк О.М.

## МЕНЮ

на 5 - 6 Февраля 2024 г. 2-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 12-18

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	220,82	5,92	7,85	31,4	200/6	22,70
4	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Московский" ржаной	28,05	1,1	0,2	5,46	15	1,31
		<b>561,11</b>	<b>18,1</b>	<b>24,34</b>	<b>71,2</b>		<b>80,68</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Сыр плавленный порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
3	Уха "Рыбачья" с горбушей /филе/ (ов. п/ф)	170,09	14,69	6,99	12,05	200/50	57,08
4	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,51
5	Картофель отварной п/ф	162,2	3,35	4,53	26,94	160	22,08
6	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
7	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	197,4	5,76	2,58	31,8	60	7,72
8	Хлеб "Московский" ржаной	74,8	2,92	0,52	14,56	40	3,48
		<b>938,1</b>	<b>39,95</b>	<b>29,06</b>	<b>122,91</b>		<b>183,95</b>
		<b>1 499,21</b>	<b>58,05</b>	<b>53,4</b>	<b>194,11</b>	<b>Итого за день</b>	<b>264,63</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка из творога*	347,7	25,34	17,87	27,63	180	72,60
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
3	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
4	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
		<b>542,13</b>	<b>32,61</b>	<b>24,66</b>	<b>54,59</b>		<b>125,81</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощная нарезка с маслом растительным (томаты,огурцы св)	49,36	0,72	4,08	2,32	80	23,27
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной,со сметаной и зеленью п/ф	165,47	8,13	10,48	9,42	250/20/10/1	45,51
3	Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром п/ф	252,4	15,12	7,73	30,08	110/45/25	55,96
4	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	80,8	2,6	0,44	16,6	40	3,22
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	126	4	0,65	26	50	4,42
		<b>733,97</b>	<b>30,95</b>	<b>23,43</b>	<b>100,49</b>		<b>135,13</b>
		<b>1 276,1</b>	<b>63,56</b>	<b>48,09</b>	<b>155,08</b>	<b>Итого за день</b>	<b>260,94</b>

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)

**МЕНЮ**

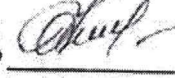
на 9 Февраля 2024 г. 2-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 12-18

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Кофейный напиток с цикорием с молоком (курземе с цикорием)	89,28	3,17	2,5	11,99	200	12,31
2	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
3	Блинчики с абрикосовой начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	30,49
4	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>514,19</b>	<b>10,77</b>	<b>12,21</b>	<b>89,86</b>		<b>85,49</b>
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая тыква 15 гр. ТМ Зеленика	70,53	1,04	4,23	5,88	15	35,75
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками п/ф	278,76	7,89	13,82	30,54	250/20/1	37,13
3	Рыбные палочки	133,16	8,95	3	18,93	90	33,18
4	Рис припущенный с овощами п/ф	165,93	2,93	4,19	29,08	120	11,81
5	Сок "Сады Придонья" Яблочный прямого отжима 1л					200	22,01
6	Мармелад жевательный с витаминами "BabyFox" 30гр					1шт/30гр	16,90
7	Батон нарезной в/с	155,4	4,62	1,8	30,06	60	6,40
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	97,2	2,96	0,92	19	40	4,16
		<b>900,98</b>	<b>28,39</b>	<b>27,96</b>	<b>133,49</b>		<b>167,34</b>
		<b>1 415,17</b>	<b>39,16</b>	<b>40,17</b>	<b>223,35</b>	<b>Итого за день</b>	<b>252,83</b>

Шеф-Повар   
 (подпись)

Старший калькулятор  Богомолова Е.Н.

Мед. работник   
 (подпись)

Старший калькулятор  Грицюк О.М.  
 (подпись)