

МЕНЮ

на 11 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
3	Каша пшеничная молочная с бананом	248,53	7,32	7,46	37,69	160/40/5	31,81
4	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
5	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
6	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,93
		622,56	15,09	21,76	89,8		84,49
Обед							
1	Салат Витаминный из свежей капусты, морковью с маслом п/ф	61,05	1,3	4,04	4,78	80	6,04
2	Суп лапша с филе с куриным п/ф	121,87	5,48	4,93	13,81	250/20	33,65
3	Гуляш из говядины п/ф	198,81	15,18	14,17	2,7	50/40	72,00
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной йодированный	79,21	2,22	0,78	15,5	29	3,37
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,19	1,39	0,68	8,19	20	2,95
		754,46	29,09	29,65	91,58		161,61
		1 377,02	44,18	51,41	181,38	Итого за день	246,10

Шеф-Повар *А.И. Иванов*
 (подпись)

Мед. работник *Грицюк*
 (подпись)

Старший калькулятор *Е.Н. Богомолова*
 Богомолова Е.Н.

Старший калькулятор *О.М. Грицюк*
 Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 11 - 12 Декабря 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
3	Каша пшенная молочная с бананом	248,53	7,32	7,46	37,69	160/40/5	31,81
4	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
5	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 м	16,25
6	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,93
		633,15	17,99	24,26	84,31		85,17
Обед							
1	Салат Витаминный из свежей капусты, морковью с маслом п/ф	61,05	1,3	4,04	4,78	80	6,04
2	Суп лапша с филе с куриным п/ф	121,87	5,48	4,93	13,81	250/20	33,65
3	Гуляш из говядины п/ф	198,81	15,18	14,17	2,7	50/40	72,00
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,19	1,39	0,68	8,19	20	2,95
		738,5	28,64	29,49	88,45		160,93
		1 371,65	46,63	53,75	172,76	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Джем UPRO 20 гр	48			12	1шт/20гр	9,56
2	Запеканка из творога*	289,75	21,12	14,89	23,03	150	60,34
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
4	Йогурт печеное яблоко питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
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	1,49
		567,94	27,03	18,26	79,18		109,03
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,52
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	169,45	8,6	8,56	14,47	250/30	42,68
3	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
4	Рис припущенный	199,6	3,55	4,13	37,07	150	11,95
5	Напиток из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200/6	4,88
6	Кекс для детского питания без начинки 28г	124,04	1,68	6,16	15,68	1шт/28	9,69
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	57,73	1,83	0,3	11,91	23	2,04
		792,59	26,27	22,4	120,05		137,07
		1 360,53	53,3	40,66	199,23	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)

МЕНЮ

на 11 - 15 Декабря 2 023 г. 2-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	67,31	1,08	5,05	4,4	1шт/45гр	10,76
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	196,09	5,32	6,78	28,25	180/5	20,06
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/7гр	10,41
4	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
5	Сок яблоко-груша восстановленный д/детей Сады придонья 0,2мл	92			23	1шт/200мл	25,23
6	Фрукт мандарин свежий	45,6	0,96	0,24	9	2/60	22,62
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,03	1,38	0,68	8,17	20	2,95
		576,28	13,34	16,89	90,75		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	56,51
3	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
4	Напиток фруктовый из яблок сушеных	61,06	0,83	0,05	14,15	200	3,90
5	Йогурт печеное яблоко питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	58,15	1,85	0,3	12	23	2,03
		556,55	18,5	22,87	69,52		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Сыр плавленый порционный "Дружба"	39,88	1,44	3,19	1,44	16/1	8,79
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной о.п/ф	283,5	14,69	15,37	20,65	50/150	61,95
4	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	66,14	2,1	0,34	13,65	26	2,32
		486,06	20,49	19,89	55,69		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	301,74	15,36	15,89	23,94	200	42,39
3	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, клубника)	42,92	0,25	0,1	9,81	200/8	9,25
4	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	126,28	3,68	1,65	20,34	38	4,93
		667,52	24,73	23,2	84,6		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Запеканка картофельная с рыбой горбуша пф	277,25	17,39	9,95	32,93	220	67,88
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	57,59	1,69	0,83	10	25	3,60
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,14
		439,99	21,53	11,84	64,24		107,70

Шеф-Повар

А.И.
 (подпись)

Мед. работник

Б.И.
 (подпись)

Старший
 калькулятор

О.М.
 Грицюк О.М.
 (подпись)

Старший
 калькулятор

О.М.
 Грицюк О.М.
 (подпись)

МЕНЮ

на 11 - 15 Декабря 2023 г. 1-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром в стиле Альфредо	129,06	9,48	8,7	3,17	110/40/30	57,15
3	Напиток фруктовый из яблок сушеных	61,06	0,83	0,05	14,15	200	3,90
4	Сок яблочно-вишневый восстановленный осветлённый 125мл. ТМ Сады придонья	57,5			14,38	1шт/125мл	15,57
5	Творог обогащенный "Растишка" Лесные ягоды и персик -груша инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
6	Батон нарезной йодированный	61,35	1,72	0,6	12	22	2,61
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,14	1,38	0,68	8,18	20	2,94
		468,11	16,21	18,85	57,28		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Говядина с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	212,57	13,96	10,49	15,38	40/160	74,09
3	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	23,91	0,79	0,13	4,9	12	1,01
5	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,51
		305,05	16,83	11,36	34,37		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	404,99	22,48	18,75	41,81	150	64,29
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/7гр	10,41
4	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
5	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	68,42	2,17	0,35	14,12	27	2,40
		733,12	27,28	28,04	97,44		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики с яблочной начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	32,53
2	Тефтели рыбные из горбуши	150,26	14,98	5,32	10,62	90	47,02
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	75,16	2,19	0,98	12,11	23	2,94
		672,47	25,13	18,15	100,19		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Плов из свинины п/ф	373,53	15,93	16,84	38,77	50/150	56,59
3	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200/6	2,75
4	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	69,64	2,21	0,68	12,7	27	2,89
		600,14	19,69	18,09	88,06		107,70

Шеф-Повар

С.И.К.
 (подпись)

Старший
 калькулятор

О.М.Г.
 (подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

Б.И.С.
 (подпись)

Старший
 калькулятор

О.М.Г.
 (подпись)

Грицюк О.М.



Утверждаю:

Актинское районное общество Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н. Марсел

Согласовано:

Директор

В.О.С. Рокме
(подпись)

МЕНЮ

на 13 - 14 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	271,56	13,83	14,3	21,55	180	38,15
3	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
4	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		589,54	22,86	27,25	62,71		76,66
Обед							
1	Овощная нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	45	0,85	3,12	2,96	80	26,97
2	Суп гороховый с говядиной и гречками п/ф	191,05	7,42	4,42	31,02	250/10/10	29,65
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	140,95	11,15	9,48	2,65	50/40	61,90
4	Макаронные изделия отварные (рожки трубочки)	244,05	6,37	4,78	43,51	170	12,06
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	13,20
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	45,33	1,44	0,23	9,35	18	1,57
		833,58	29,27	22,63	127,24		169,44
		1 423,12	52,13	49,88	189,95	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
2	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
3	Блинчики с вишневой начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	35,25
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
5	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	69,28	2,02	0,91	11,16	21	2,71
		464,62	10,72	14,26	71,74		73,64
Обед							
1	Овощи свежие (томаты, перец сладкий)	19,8	0,94	0,13	3,37	50/30	35,08
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	162,73	7,98	9,7	10,72	250/20/5	45,98
3	Азу из говядины "По-новому" п/ф	205,23	15,28	14,68	3	50/40	76,44
4	Гречка отварная	148,81	4,96	4,43	22,33	130	7,56
5	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200/6	2,75
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		711,23	33,29	30,19	73,27		172,46
		1 175,85	44,01	44,45	145,01	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

(подпись)

Старший калькулятор

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)



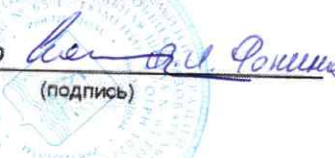
Утверждаю:

Директор Комбинат школьного питания Центральный И.Н. Марал

Согласовано:

Директор

(подпись)



МЕНЮ

на 15 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	214,2	5,91	7,13	31,38	200/5	21,78
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	156	6	5	22	2шт/100гр	28,86
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
		668,24	18,48	23,46	93,61		89,29
Обед							
1	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками п/ф	278,76	7,89	13,82	30,54	250/20/1	37,01
2	Шницель из мяса /говядина,свинина/ лук п/ф *	184,3	12,27	11	13,54	90	46,51
3	Картофель отварной (карт.п/ф)	152,06	3,14	4,24	25,25	150	20,70
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
5	Пюре овощное (морковь) ТМ "Сады придонья" 125 гр	35			8,75	1шт/125гр	24,90
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	65,92	2,1	0,64	12,03	26	2,74
		855,04	26,78	30,38	121,27		156,81
		1 523,28	45,26	53,84	214,88	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

(подпись)

Старший калькулятор

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)