

Утверждаю:
 Актинское общество "Комбинат школьного питания
 Центральный" И.Н. *Иванов*

Согласовано:
 Директор *О.Г. Фокина*

МЕНЮ

на 13 - 17 ноября 2023 г. 1-Комплекс 138,4 Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Обед							
1	Салат Витаминный из свежей капусты, морковь с маслом п/ф	61,05	1,3	4,04	4,78	80	6,04
2	Суп лапша с филе с куриным п/ф	90,47	3,29	3,65	11,04	200/10	20,73
3	Азу из говядины "По-новому" п/ф	205,23	15,28	14,68	3	50/40	76,44
4	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
5	Напиток смородиновый	38,63	0,23	0,09	8,83	180	11,20
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,47
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	58,28	1,7	0,76	9,39	18	2,28
		621,85	25,79	28,29	63,24		138,40
Вторник							
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	9,9	0,63	0,09	1,71	90	19,83
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 фруктовый из яблок сушеных	61,06	0,83	0,05	14,15	200	3,90
6	Бисквитное пирожное со вкусом банана или абрикоса или лимона 32гр	124,8	1,6	5,12	18,24	1шт/32гр	15,20
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,62	1,38	0,23	9	17	1,53
		766,82	25,94	21,09	119,56		138,40
Среда							
Обед							
1	Свекольные слайсы с сыром Адыгейский	82,64	4,71	5	4,71	50/20	19,84
2	Суп гороховый с говядиной и гречками п/ф	226,15	10,41	6,99	31,02	250/10/10	29,65
3	Нагетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	56,51
4	Макаронные изделия отварные (улитки вес)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Сок яблоко -виноград восстановленный для детей "Сады придонья" 2 л					200	17,91
6	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,45
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	32,95	1	0,31	6,44	14	1,40
		819,95	32,51	28,59	108,29		138,40
Четверг							
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,52
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	134,85	5,08	7,87	10,73	250/10/10	33,29
3	Поджарка из свинины п/ф	225,62	13,3	17,25	3,44	50/40	62,65
4	Перловка отварная с овощами п/ф	160,8	3,63	5,04	25,16	130	10,48
5	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	43,02	1,24	0,31	8,19	18	1,87
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	76,97	2,44	0,4	15,88	31	2,71
		724,64	26,95	31,21	79,4		138,40
Пятница							
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гречками п/ф	241,99	6,92	11,15	28,34	200/20/1	30,53
3	Котлета мясная /говядина, свинина*/ лук п/ф	184,3	12,27	11	13,54	90	49,93
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	232,28	4,6	7,09	63,48	150	17,93
5	Сок мультифруктовый восстановленный для детей "Сады придонья" 2 л	90			22	200	17,91
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	68,68	2,18	0,67	12,53	27	2,86
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		866,45	27,83	30,21	149,71		138,40

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

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

Утверждаю:
 Аудиторское общество Комбинат школьного питания
 "Комбинат школьного питания Центральный"
 Г.Томск, ул. Гвардейская, 111
 И.Н. *Иванов*

Согласовано
 Директор
 (подпись)
О.А. Давыдова

МЕНЮ

на 13 - 17 ноября 2023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыроб.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	100,62	12,22	3,92	3,92	55/40	57,89
3	Макаронные изделия отварные (спирали)	244,05	6,37	4,78	43,51	170	12,06
4	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	55,99	1,64	0,81	9,72	24	3,50
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	98,7	2,88	1,29	15,9	30	3,85
		707,42	26,94	20,6	99,04		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Тефтели мясные из говядины с рисом п/ф	188,82	11,94	10,55	11,58	90	53,61
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай с апельсинами без сахара	2,16	0,05	0,01	0,41	200	1,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	28,64	0,95	0,16	5,87	14	1,21
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		432,75	18,32	16,19	54,07		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыроб.	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 с ягодно-яблочной смесью	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	32,24	0,98	0,31	6,3	13	1,38
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		654,92	26,72	27,94	78,4		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	67,31	1,08	5,05	4,4	1шт/45гр	10,76
2	Горбуша запеченая	181,21	23,03	8,35	3,5	90	75,28
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	129,79	2,91	2,56	23,75	130	15,54
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	39,53	1,14	0,28	7,53	17	1,72
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,51
		489,58	29,58	16,49	55,03		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Редька вакуумной сушки 15 гр. ТМ Зеленика	68,55	0,54	2,01	12,08	1/15	35,75
2	Плов из свинины п/ф	353,04	13,83	14,41	41,35	40/160	55,52
3	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200	2,75
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
5	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	63,16	2,01	0,62	11,52	25	2,63
		592,81	17,61	17,49	88,9		107,70

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед работник _____
 (подпись)

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

Утверждаю:
 Администрация Общественного Комбината школьного питания
 Центральный
 Г.А.Сорокин
 И.Н. *Масел*

Согласовано:
 Директор
 (подпись)
О.А. Давыдова

МЕНЮ

на 13 - 17 Ноября 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыроб.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	225,25	6,37	6,93	34,14	180/5	19,64
3	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
4	Круассан мини 25 гр	81,5	1,9	4	9	1шт/25гр	28,38
5	Фрукт банан свежий	182,4	2,85	0,95	39,9	190	32,75
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	43,99	1,29	0,64	7,64	19	2,76
		681,29	16,13	22,72	100,91		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыроб.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	100,62	12,22	3,92	3,92	55/40	57,89
3	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,26	2,94	3,5	22,4	150	17,66
4	Напиток фруктовый из яблок сушеных	61,06	0,83	0,05	14,15	200	3,90
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	36,47	1,07	0,53	6,33	16	2,28
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		541,31	22,08	18,61	68,54		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Говядина с картофелем в стиле шурпа п/ф	210,22	13,85	10,46	15,07	40/160	68,71
3	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
4	Батон нарезной йодированный	102,24	2,86	1	20	37	4,35
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		409	18,97	12,45	55,02		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	301,74	15,36	15,89	23,94	200	42,39
2	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
3	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
4	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	83,81	2,66	0,43	17,29	33	2,94
6	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	37,04
		596,77	22,82	19,53	80,5		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Свекла вакуумной сушки 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Запеканка картофельная с рыбой (минтай) п.ф	209,67	12,98	5,6	29,94	200	50,12
4	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	70,84	2,25	0,69	12,92	28	2,95
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,60
		500,48	22,22	12,86	80,12		107,70

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

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