



Утверждаю:

Акционерное общество Комбинат школьного питания

Центральный  
И.Н. *Масал*

Согласовано:

Директор

(подпись) *О.Л. Демин*

### МЕНЮ

на 27 Ноября - 1 Декабря 2023 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	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	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	Макаронные изделия отварные (улитки в пач )	37,51	0,06	4,11	0,08	170	16,27
4	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
5	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	65,8	2,09	0,64	12	26	2,74
		<b>570,79</b>	<b>16,07</b>	<b>26,45</b>	<b>62,95</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	Говядина с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	212,57	13,96	10,49	15,38	40/160	74,09
3	Чай чёрный	0,01				200	0,28
4	Хлеб "Николаевский" йодир.	45,1	1,37	0,43	8,81	19	1,93
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		<b>326,12</b>	<b>17,41</b>	<b>11,66</b>	<b>38,28</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Запеканка из творога*	289,75	21,12	14,89	23,03	150	60,34
3	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
4	Джем "Махеев" лесные ягоды	68			16,75	25	11,72
5	Батон нарезной йодированный	69,1	1,93	0,68	13,52	25	2,94
6	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	19,75
		<b>566,1</b>	<b>23,98</b>	<b>23,24</b>	<b>67,98</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
2	Пюре картофельное п/ф	173,63	3,96	5,68	26,54	180	24,29
3	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
4	Круассан мини 25 гр	81,5	1,9	4	9	1шт/25гр	28,38
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	81,41	2,59	0,8	14,85	32	3,39
		<b>548,85</b>	<b>18,13</b>	<b>13,91</b>	<b>86,31</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	57	1,38	4,04	3,35	80	11,38
2	Свинина тушеная в томате с перцем болгарским п/ф	247,48	14,86	19,02	3,36	60/40	64,88
3	Рис припущенный	199,6	3,55	4,13	37,07	150	11,95
4	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200/6	2,75
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	80,95	2,36	1,06	13,04	25	3,17
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	59,11	1,8	0,56	11,56	24	2,52
		<b>752,2</b>	<b>25,18</b>	<b>29,26</b>	<b>92,33</b>		<b>107,70</b>

Шеф-Повар

*Сидор*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицок*  
(подпись)

Грицок О.М.

Мед. работник

*Грицок*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицок*  
(подпись)

Грицок О.М.



Утверждаю:

Акционерное общество Комбинат школьного питания  
Центральный  
И.Н. *Масал*

Согласовано:

Директор  
(подпись) *О.А. Выхине*

### МЕНЮ

на 27 Ноября - 1 Декабря 2 023 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	Блинчики с вареной сгущенкой	225,66	6,02	7,15	35,23	1/80 гр	30,49
2	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом	230,29	7,53	7,69	32,52	180/5	19,47
3	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
4	Сок яблочный для детей 200мл "Мой"	92			23	1шт/200мл	21,49
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	57,75	1,7	0,84	10,03	25	3,61
		<b>721,95</b>	<b>19,59</b>	<b>18,81</b>	<b>117,62</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Нагетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	56,51
3	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,26	2,94	3,5	22,4	150	17,66
4	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	81,81	2,6	0,42	16,88	32	2,87
		<b>672,13</b>	<b>19,95</b>	<b>25,57</b>	<b>90,28</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Поджарка из свинины п/ф	231,14	13,68	17,68	3,44	55/40	54,71
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	232,28	4,6	7,09	63,48	150	17,93
4	Чай с лимоном с сахаром	21,66	0,05	0,01	5,14	200/5/5	2,16
5	Батон нарезной йодированный	51,47	1,44	0,51	10,07	19	2,19
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,81
		<b>582,35</b>	<b>21,14</b>	<b>25,92</b>	<b>91,53</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,77
2	Полба отварная	28,69	0,04	3,14	0,06	130	16,25
3	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42,92	0,25	0,1	9,81	200/8	8,85
4	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,6	0,6	14,7	150	16,58
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	30,07	0,88	0,44	5,22	13	1,88
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,12
		<b>496,46</b>	<b>17,51</b>	<b>18,39</b>	<b>62,41</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие с зеленью	9,07	0,57	0,08	1,57	80	17,92
2	Сыр плавленый порционный "Дружба"	39,88	1,44	3,19	1,44	16/1	8,79
3	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
4	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
5	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	33,65	1,02	0,32	6,58	14	1,45
		<b>488,98</b>	<b>16,82</b>	<b>12,32</b>	<b>76,08</b>		<b>107,70</b>

Шеф-Повар

*С.П.*  
(подпись)

Старший калькулятор

*Грицок*  
(подпись)

Грицок О.М.

Мед. работник

*Б.М.*  
(подпись)

Старший калькулятор

*Грицок*  
(подпись)

Грицок О.М.

**МЕНЮ**

на 27 - 28 Ноября 2 023 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 пшеничная (жидкая) с маслом	230,29	7,53	7,69	32,52	180/5	19,47
4	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
5	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,93
		<b>594,22</b>	<b>19,43</b>	<b>24,21</b>	<b>77,72</b>		<b>77,43</b>
<b>Обед</b>							
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 курицей п/ф	190,85	9,67	10,72	13,81	250/20	31,08
3	Азу из говядины "По-новому" п/ф	205,23	15,28	14,68	3	50/40	76,44
4	Пюре картофельное п/ф	173,63	3,96	5,68	26,54	180	24,29
5	Сок яблоко-виноград восстановленный для детей 200мл "Сады Придонья"	92			23	1шт/200мл	25,25
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	46,71	1,37	0,68	8,11	20	2,92
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	63,64	2,02	0,62	11,61	25	2,65
		<b>833,11</b>	<b>33,6</b>	<b>36,42</b>	<b>90,85</b>		<b>168,67</b>
		<b>1 427,33</b>	<b>53,03</b>	<b>60,63</b>	<b>168,57</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	60,34
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
3	Чай с ягодно-яблочной смесью	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
4	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		<b>603,84</b>	<b>28,93</b>	<b>20,3</b>	<b>80,65</b>		<b>109,20</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	94,89	2,24	3,08	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	186,29	3,31	3,85	34,6	140	11,16
5	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
6	Бисквитное пирожное со вкусом банана или абрикоса или лимона Львенок Алекс 30гр					1шт/32гр	15,20
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	44,76	1,42	0,23	9,24	18	1,57
		<b>573,11</b>	<b>17,65</b>	<b>10,62</b>	<b>100,18</b>		<b>136,90</b>
		<b>1 176,95</b>	<b>46,58</b>	<b>30,92</b>	<b>180,83</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)

### МЕНЮ

на 29 - 30 Ноября 2 023 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	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Перловая каша с тушеной говядиной и овощами	268,1	12,62	13,59	23,43	180	37,26
3	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
4	Йогурт персик+манго питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		<b>594,29</b>	<b>21,68</b>	<b>26,7</b>	<b>66,92</b>		<b>82,86</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы с маслом растительным* п/ф	69,63	1,22	4,04	7,22	80	9,84
2	Суп фасолевый с говядиной п/ф	131,84	6,05	7,71	9,43	250/15	40,20
3	Наггетсы 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 яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной йодированный	63,23	1,77	0,62	12,37	23	2,69
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,1	1,29	0,22	8,24	20	1,60
8	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	19,75
		<b>860,09</b>	<b>25,71</b>	<b>28,57</b>	<b>122,56</b>		<b>163,24</b>
		<b>1 454,38</b>	<b>47,39</b>	<b>55,27</b>	<b>189,48</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	134,63	2,16	10,11	8,81	2шт/45гр	21,53
2	Джем UPRO 20 гр					1шт/20гр	9,56
3	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
4	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
5	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
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	2,12
		<b>425,26</b>	<b>10,25</b>	<b>17,49</b>	<b>55,3</b>		<b>85,14</b>
<b>Обед</b>							
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	169,95	8,07	10,45	10,73	250/20/10	47,46
3	Гуляш из говядины п/ф	198,81	15,18	14,17	2,7	50/40	72,00
4	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
5	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200	2,75
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	51,7	1,52	0,75	8,98	22	3,23
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	102,4	3,26	1	18,68	40	4,28
		<b>769,62</b>	<b>35,3</b>	<b>31,65</b>	<b>83,29</b>		<b>160,96</b>
		<b>1 194,88</b>	<b>45,55</b>	<b>49,14</b>	<b>138,59</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

*С.П.*  
 (подпись)

Старший  
 калькулятор

*Е.Н.*  
 (подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

*Г.М.*  
 (подпись)

Старший  
 калькулятор

*О.М.*  
 (подпись)

Грицок О.М.



И.Н. Масел

Директор



(подпись) О.А. Юкина

### МЕНЮ

на 1 Декабря 2023 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	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	196,09	5,32	6,78	28,25	180/5	20,06
3	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	18,30
4	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	49,07	1,49	0,46	9,59	20	2,10
		<b>612,8</b>	<b>18,29</b>	<b>23,25</b>	<b>79,57</b>		<b>76,61</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощные палочки (огурцы, перец сл.)	14,8	0,8	0,08	2,72	80	33,03
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	37,01
3	Котлета мясная /говядина, свинина/* лук п/ф	184,3	12,27	11	13,54	90	46,51
4	Картофель тушеный п/ф	169,17	3,68	4,76	27,68	170	26,28
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>853,43</b>	<b>28,04</b>	<b>30,98</b>	<b>117,58</b>		<b>169,49</b>
		<b>1 466,23</b>	<b>46,33</b>	<b>54,23</b>	<b>197,15</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

Масел  
(подпись)

Мед. работник

Бур  
(подпись)

Старший калькулятор

Богомолова Е.Н.  
(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.  
(подпись)