

Утверждаю:
 Андрей Сергеевич Маслов
 Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Маслов*

Согласовано:
 Директор *О.И. Грицук*
 (подпись)

МЕНЮ

на 29 Января - 2 Февраля 2024 г. 1-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	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
3	Каша молочная "Дружба" с маслом	192,94	5,7	7,01	26,55	180/5	19,26
4	Какао напиток "Хрутка"	152,96	9,4	7,3	11,51	200	32,05
5	Сок яблочно-вишневый восстановленный осветлённый 125мл. ТМ Сады Придонья	57,5			14,38	1шт/125мл	15,57
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	59,51	1,75	0,86	10,33	25	3,72
		618,82	18,65	20,4	87,32		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	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 припущенные (рагу овощное)	142,14	3,14	3,73	23,89	160	18,84
4	Напиток фруктовый из яблок сушеных	61,06	0,83	0,05	14,15	200	3,90
5	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	54,51	1,73	0,53	9,94	21	2,27
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		618,51	19,1	25,67	76,83		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Мясо с картофелем в стиле шурпа п/ф	238,22	13,8	13,65	14,15	50/150	56,02
3	Чай гречишный	0,01				200	0,74
4	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
5	Батон нарезной йодированный	79,68	2,23	0,78	15,59	29	3,39
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		462,42	18,23	15,41	61,68		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
2	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,51
3	Соус сметанный с томатом для запекания	17,41	0,41	0,96	1,73	25	2,65
4	Гречка отварная	206,04	6,86	6,13	30,92	180	10,47
5	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
6	Молоко питьевое ванильное обогащ. витамин.	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
7	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	61,45	1,87	0,58	12,01	25	2,62
		712,59	28,16	26,47	93,88		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
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-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	57,64	1,83	0,56	10,51	23	2,40
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		458,25	16,77	12,01	71,78		107,70

Шеф-Повар *[Подпись]*
 (подпись)

Мед. работник *[Подпись]*
 (подпись)

Старший калькулятор *[Подпись]* Грицук О.М.
 (подпись)

Старший калькулятор *[Подпись]* Грицук О.М.
 (подпись)

Утверждаю:
 Директор Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Марад*

Согласовано:
 Директор *О.И. Сокина*
 (подпись)



МЕНЮ

на 29 Января - 2 Февраля 2024 г. 1-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет п/ф

№ 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	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
3	Каша молочная "Дружба" с маслом	192,94	5,7	7,01	26,55	180/5	19,26
4	Какао напиток "Хрутка"	152,96	9,4	7,3	11,51	200	32,05
5	Сок яблочно-вишневый восстановленный осветленный 125мл. ТМ Сады Придонья	57,5			14,38	1шт/125мл	15,57
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	59,51	1,75	0,86	10,33	25	3,72
		618,82	18,65	20,4	87,32		107,70
Вторник							
Завтрак							
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	Овощи припущенные (рагу овощное)	142,14	3,14	3,73	23,89	160	18,84
4	Напиток фруктовый из яблок сушеных	61,06	0,83	0,05	14,15	200	3,90
5	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	54,51	1,73	0,53	9,94	21	2,27
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		618,51	19,1	25,67	76,83		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Мясо с картофелем в стиле шурпа п/ф	238,22	13,8	13,65	14,15	50/150	56,02
3	Чай гречишный	0,01				200	0,74
4	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
5	Батон нарезной йодированный	79,68	2,23	0,78	15,59	29	3,39
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		462,42	18,23	15,41	61,68		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
2	Гуляш из свинины п/ф	213,81	13,51	16,18	2,7	55/40	50,46
3	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
4	Напиток теплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Молоко питьевое ванильное обогащ. витамин.	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,37	1,47	0,46	9,45	20	2,07
		669,39	28,51	29,44	75,56		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
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-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	57,64	1,83	0,56	10,51	23	2,40
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		458,25	16,77	12,01	71,78		107,70

Шеф-Повар *[Подпись]*
 (подпись)

Старший калькулятор *[Подпись]* Грицюк О.М.
 (подпись)

Мед. работник *[Подпись]*
 (подпись)

Старший калькулятор *[Подпись]* Грицюк О.М.
 (подпись)



МЕНЮ

на 29 Января - 2 Февраля 2 024 г. 2-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	Пельмени отварные из индейки с маслом 30%	356,11	21,03	17,11	26,88	180/5	86,88
3	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
4	Батон нарезной йодированный	70,51	1,97	0,69	13,79	26	3,00
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	58,75	1,73	0,85	10,2	25	3,67
		612,53	25,66	25,95	65,16		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Котлета мясная /говядина,свинина/* лук п/ф	184,3	12,27	11	13,54	90	46,24
2	Картофель отварной п/ф	152,07	3,14	4,24	25,25	150	20,70
3	Чай с лимоном с сахаром	21,66	0,05	0,01	5,14	200/5/5	2,16
4	Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	72,69	0,29	3,09	10,94	1/15	35,75
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	48,99	1,56	0,48	8,94	19	2,04
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,81
		499,91	17,96	18,93	67,96		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	64,49
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-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Батон нарезной йодированный	55	1,54	0,54	10,76	20	2,34
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	38,09	1,16	0,36	7,44	16	1,63
		673,48	27,04	28,3	81,75		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	67,31	1,08	5,05	4,4	1шт/45гр	10,76
2	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	120,95	2,91	1,57	23,74	130	15,34
4	Напиток фруктовый (яблочный) с/м	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	7,82
5	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Мёд пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	32,8	0,08		8,03	1шт/10гр	12,14
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	46,03	1,4	0,44	9	19	1,97
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	48,75	1,55	0,25	10,06	19	1,72
		560,8	18,12	12,61	94,49		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	57	1,38	4,04	3,35	80	11,38
2	Плов из свинины п/ф	370,07	15,02	15,74	41,35	45/160	52,35
3	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
4	Фрукт мандарин свежий	72,2	1,52	0,38	14,25	2/95	35,82
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,63	1,64	0,5	9,42	20	2,15
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	28,32	0,91	0,15	5,82	14	1,12
		648,6	21,01	21,03	87,91		107,70

Шеф-Повар

[Signature]
 (подпись)

Мед. работник

[Signature]
 (подпись)

Старший калькулятор

[Signature]
 (подпись) Грицюк О.М.

Старший калькулятор

[Signature]
 (подпись) Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 29 Января - 2 Февраля 2024 г. 2-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет п/ф

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогазов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Пельмени отварные из индейки с маслом 30%	356,11	21,03	17,11	26,88	180/5	86,88
3	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
4	Батон нарезной йодированный	70,51	1,97	0,69	13,79	26	3,00
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	58,75	1,73	0,85	10,2	25	3,67
		612,53	25,66	25,95	65,16		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Поджарка из свинины п/ф	214,12	12,5	16,35	3,44	50/40	49,57
2	Картофель отварной п/ф	131,79	2,72	3,68	21,89	130	17,94
3	Чай с лимоном с сахаром	21,66	0,05	0,01	5,14	200/5/5	2,16
4	Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	72,69	0,29	3,09	10,94	1/15	35,75
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	35,54	1,13	0,35	6,48	14	1,48
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,80
		496	17,34	23,59	52,04		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогазов	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	64,49
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-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Батон нарезной йодированный	55	1,54	0,54	10,76	20	2,34
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	38,09	1,16	0,36	7,44	16	1,63
		673,48	27,04	28,3	81,75		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	67,31	1,08	5,05	4,4	1шт/45гр	10,76
2	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	120,95	2,91	1,57	23,74	130	15,34
4	Напиток фруктовый (яблочный) с/м	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	7,82
5	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Мёд пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	32,8	0,08		8,03	1шт/10гр	12,14
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	46,03	1,4	0,44	9	19	1,97
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	48,75	1,55	0,25	10,06	19	1,72
		560,8	18,12	12,61	94,49		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	57	1,38	4,04	3,35	80	11,38
2	Плов из свинины п/ф	370,07	15,02	15,74	41,35	45/160	52,35
3	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
4	Фрукт мандарин свежий	72,2	1,52	0,38	14,25	2/95	35,82
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,63	1,64	0,5	9,42	20	2,15
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	28,32	0,91	0,15	5,82	14	1,12
		648,6	21,01	21,03	87,91		107,70

Шеф-Повар

(подпись)

Старший калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Старший калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.



Центральный
И.Н. *Иванов*

МЕНЮ

на 29 - 30 Января 2024 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 порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
3	Каша молочная "Дружба" с маслом	192,94	5,7	7,01	26,55	180/5	19,26
4	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
5	Молоко питьевое ванильное обогащ. витамин.	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Батон нарезной йодированный	126,5	3,54	1,24	24,75	46	5,38
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
		640,81	18,14	24,43	85,55		75,32
Обед							
1	Салат Витаминный (капуста св,огурцы св,сахар,масло подсл)	64,63	1,27	4,04	5,75	80	7,11
2	Суп лапша с курицей п/ф	190,85	9,67	10,72	13,81	250/20	33,43
3	Поджарка из свинины п/ф	214,12	12,5	16,35	3,44	50/40	49,57
4	Картофельные вафли запеченные п/ф	129,37	4,46	1,21	25	150	51,50
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстан. "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной йодированный	99,42	2,78	0,98	19,45	36	4,23
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,93
		837,39	32,06	33,98	98,61		170,78
		1 478,2	50,2	58,41	184,16	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Джем UPRO 20 гр	48			12	1шт/20гр	9,56
2	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	404,99	22,48	18,75	41,81	150	64,49
3	Чай с ягодно-яблочной смесью №1	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
4	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		670,94	28,91	22,41	92,17		108,62
Обед							
1	Овощи свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	142,93	6,37	6,64	14,38	250/20	32,34
3	Минтай запеченный	95,23	16,81	1,57	3,5	90	49,06
4	Рис припущенный	199,6	3,55	4,13	37,07	150	11,95
5	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
6	Кекс для детского питания без начинки 28г	124,04	1,68	6,16	15,68	1шт/28	9,69
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	63,88	2,03	0,62	11,65	25	2,66
8	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		745,22	33	19,55	109,69		137,48
		1 416,16	61,91	41,96	201,86	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший
калькулятор

Грицок О.М.

(подпись)



И.Н. Масал

Директор

(подпись)



МЕНЮ

на 31 Января 2 024 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	Плов из свинины п/ф	373,53	15,93	16,84	38,77	50/150	55,90
3	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
4	Кисломолочный напиток "Снежок" инд.уп.100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
5	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		711,92	25,37	30,19	83,46		95,59
Обед							
1	Салат из свеклы с маслом растительным* п/ф	69,63	1,22	4,04	7,22	80	9,84
2	Суп гороховый с говядиной и гренками п/ф	226,15	10,41	6,99	31,02	250/10/10	29,65
3	Чахохбили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	93,99	11,18	3,64	3,92	50/40	59,39
4	Макаронные изделия отварные (рожки трубоч)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстан. "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной йодированный	85,72	2,4	0,84	16,77	31	3,65
7	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,48	0,48	11,76	120	13,26
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		887,83	32,79	20,66	141,58		150,51
		1 599,75	58,16	50,85	225,04	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

[Signature]
(подпись)

Старший калькулятор

[Signature] Богомолова Е.Н.
(подпись)

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Старший калькулятор

[Signature] Грицок О.М.
(подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	134,63	2,16	10,11	8,81	2шт/45гр	21,53
2	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
4	Мёд пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	65,6	0,16		16,06	2шт/10гр	24,28
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	25,2	0,8	0,13	5,2	10	0,87
		424,87	11,92	16,96	59,32		95,57
Обед							
1	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	170,83	8,11	10,45	10,9	250/20/10	47,74
2	Поджарка из свинины п/ф	214,12	12,5	16,35	3,44	50/40	49,57
3	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
4	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
5	Хрустящий овощной микс (морковь, свекла, тыква) 15 гр ТМ Зеленика	66	0,3	1,65	12,3	15	35,75
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,37	1,47	0,46	9,45	20	2,07
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		774,92	30,29	34,29	84,85		150,53
		1 199,79	42,21	51,25	144,17	Итого за день	246,10
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 пшеничная молочная с маслом	160,72	4,93	7,76	17,58	180/5	18,48
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Кисломолочный напиток "Кефир" витаминизир. инд.уп. 100 гр	100	6	5	7,8	2шт/100гр	31,20
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	78,05	2,48	0,76	14,24	30	3,25
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		579,01	18,27	23,89	70,65		88,12
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,52
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	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	170,8	11,87	10,94	10,71	90	45,63
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок яблоко-персик обогащен.пектином восстан. "Сады Придонья" 200 мл	112,5			27,5	1шт/200мл	25,23
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	102,4	3,26	1	18,68	40	4,26
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,62
		873,19	28,56	31,15	121,61		157,98
		1 452,2	46,83	55,04	192,26	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицок О.М.

(подпись)