

Утверждаю:
 Директор Центрального Комбината школьного питания
 И.Н. *Масал*

Согласовано:
 Директор *Грицюк*
 (подпись)

МЕНЮ

на 11 - 14 Март 2 024 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 Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром п/ф	252,73	15,12	7,74	30,06	110/45/25	55,96
3	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
4	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Батон нарезной в/с	51,8	1,54	0,6	10,02	20	2,13
6	Фрукт мандарин свежий	36,1	0,76	0,19	7,13	95	17,91
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	43,85	1,14	0,35	7,31	15	1,60
		600,86	22,1	18,85	80,08		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Котлета мясная /говядина,свинина/* п/ф	184,4	12,27	11,01	13,53	90	43,49
2	Пюре картофельное п/ф	163,98	3,74	5,36	25,07	170	22,94
3	Чай гречишный	0,01				200	0,74
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	73,49	2,34	0,72	13,41	29	3,06
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,14	1,45	0,26	7,23	20	1,72
		531,71	20,09	20,44	70,18		107,70
Среда							
Завтрак							
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	60,50
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/7гр	10,41
4	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
5	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
6	Батон нарезной йодированный	53,12	1,49	0,52	10,39	19	2,27
		525,05	23,69	23,85	58,84		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	67,39	1,08	5,06	4,4	1шт/45гр	10,76
2	Горбуша запеченая	180,01	22,84	8,3	3,5	90	60,56
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/7гр	10,41
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	139,74	3,36	1,82	27,38	150	17,70
5	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	4,54
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
7	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	60,15	1,91	0,31	12,41	24	2,12
		577,56	31,57	17	74,26		107,70

Шеф-Повар

Зел
 (подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк
 (подпись) Грицюк О.М.

Старший калькулятор

Грицюк
 (подпись) Грицюк О.М.



МЕНЮ

на 11 - 12 Март 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 Сыробогагов	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 ячневая с маслом	211,73	6,83	7,22	29,66	200/5	19,50
4	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
5	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Батон нарезной в/с	82,85	2,46	0,96	16,03	32	3,41
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		621,65	18,32	24,16	80,17		70,69
Обед							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	57,64	1,38	4,07	3,31	80	11,38
2	Уха по-ростовски с зеленью (горбуша овощи п/ф)	208,06	15,34	9,14	15,91	250/50/1	59,00
3	Печень "По-строгановски"	143,56	13,56	6,55	7,33	50/50	38,83
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	149,06	3,58	1,95	29,21	160	18,88
5	Сок яблоко абрикос с мякотью для детей "Мой" 1 л	96			24	200	22,01
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	69,41	2,2	0,36	14,32	28	2,43
8	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	20,80
		827,73	38,34	22,93	111,68		175,41
		1 449,38	56,66	47,09	191,85	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Джем "Махеев" клубничный	40,8			10,05	15	7,03
2	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	405,15	22,48	18,76	41,8	150	65,53
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
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 "Московский" ржаной	18,7	0,73	0,13	3,64	10	0,87
		614,55	26,47	21,82	83,3		108,17
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	169,85	8,6	8,58	14,44	250/30	42,78
3	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,44	8,1	2,7	17,13	90	41,70
4	Рис припущенный с овощами п/ф	166,08	2,93	4,2	29,07	120	11,81
5	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
6	Печенье "Шакер-Чурек" 50гр	260	3	13,5	32,5	1шт/50гр	17,55
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
8	Хлеб "Московский" ржаной	33,92	1,32	0,24	6,6	18	1,58
		870,23	26,52	29,85	126,67		137,93
		1 484,78	52,99	51,67	209,97	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

Зех

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Богомолова Е.Н.

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

Грицюк О.М.

(подпись)

Центральный
И.Н. *Марин*

Директор



МЕНЮ

на 13 - 14 Март 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 Сыробогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Перловая каша с тушеной говядиной и овощами	298,21	14,02	15,12	26,02	200	41,40
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 "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		628,4	23,28	28,23	69,51		80,63
Обед							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Суп гороховый с мясом и гренками п/ф	229,46	10,09	7,42	31,02	250/10/10	23,72
3	Чахохбили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	94,12	11,18	3,65	3,91	50/40	53,60
4	Макаронные изделия отварные (рожки трубоч)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
6	Батон нарезной йодированный	63,25	1,77	0,62	12,37	23	2,69
7	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	18,85
8	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	42,23	1,36	0,23	8,68	21	1,68
		842,28	31,98	19,05	134,58		165,47
		1 470,68	55,26	47,28	204,09	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
2	Какао напиток "Хрутка"	152,96	9,4	7,3	11,51	200	32,05
3	Блинчики с абрикосовой начинкой	225,74	3,22	6,75	39,23	1/80гр	30,49
4	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
5	Фрукт апельсин свежий	76,05	1,76	0,39	15,8	195	32,45
		538,22	17,2	17,91	76,84		105,45
Обед							
1	Хрустящая тыква 15 гр. ТМ Зеленика	70,53	1,04	4,23	5,88	15	35,75
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	170,83	8,11	10,45	10,9	250/20/10	47,74
3	Гуляш из свинины п/ф	197,03	12,32	14,86	2,69	50/40	39,04
4	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
5	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	70,81	2,25	0,37	14,61	28	2,48
7	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	44,4	1,4	0,24	9,16	20	1,74
		786,36	31,67	35,31	83,16		140,65
		1 324,58	48,87	53,22	160	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова

Богомолова Е.Н.

Старший
калькулятор

Грицюк

Грицюк О.М.

(подпись)