

Акт утверждаю: И.Н. Мисур
 Центральное общество Комбинат школьного питания
 Центральный



Согласовано:

Директор

(подпись)

Для документов

МЕНЮ

на 18 - 22 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс Горячий завтрак с 12-18 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Филе куриное запеченное с сыром	174,69	20,74	9,38	1,5	100	93,50
2	Макаронные изделия отварные (рожки трубочки)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,63
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Бисквитное пирожное со вкусом малины или черной смородины Львенок Алекс 30гр	47	1,38	0,68	8,16	1шт/30гр	16,12
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	63	2	0,33	13	20	2,94
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	528,93	29,8	14,63	68,06	25	2,21
							128,29
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша пшеничная молочная с маслом	181,52	5,48	8,94	19,54	200/6	20,94
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	148	5,6	5	22	2шт/100гр	41,60
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	102,4	3,26	1	18,68	40	4,26
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
8	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	37,05
							135,41
Среда							
Завтрак							
1	Гуляш из говядины п/ф	205,46	15,3	14,55	3,38	50/50	72,62
2	Картофель отварной (карт.п/ф)	152,07	3,14	4,24	25,25	150	20,70
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	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	70,5	2,07	1,02	12,24	30	4,41
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,67
							123,53
Четверг							
Завтрак							
1	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
2	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	248,9	4,4	6,29	43,62	180	17,72
3	Напиток тёплый из брусники	43,42	0,18	0,13	10,03	200/8	12,93
4	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус с пломбир инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
5	Батон нарезной в/с	103,6	3,08	1,2	20,04	40	4,26
6	Хлеб "Московский" ржаной	39,72	1,55	0,28	7,73	21	1,85
							109,77
Пятница							
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*	386,34	28,16	19,85	30,7	200	80,45
3	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
4	Джем "Махеев" груша и банан	54,4			13,4	20	9,37
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	64,12	2,04	0,63	11,7	25	2,67
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	18,72
							124,16

Шеф-Повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

МЕНЮ

на 18 - 22 Декабря 2 023 г. 2-Комплекс Горячий завтрак с 12-18 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	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	220,82	5,92	7,85	31,4	200/6	22,70
4	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	70,5	2,07	1,02	12,24	30	4,41
8	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витамин.	126	4	0,65	26	50	4,41
		799,31	23,07	25,81	121,42		113,02
Вторник							
Завтрак							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,77
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай гречишный	0,01				200	0,74
5	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	128	4,07	1,25	23,35	50	5,33
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	72,9	2,22	0,69	14,25	30	3,11
		651,56	24,66	22,07	86,27		124,55
Среда							
Завтрак							
1	Овощи свежие (томаты, перец сладкий)	25	1,2	0,15	4,35	100	47,03
2	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	148,51	11,64	7,5	13,34	90/5	52,40
3	Гречка отварная	206,04	6,86	6,13	30,92	180	10,46
4	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	4,54
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	60	1,98	0,33	12,3	30	2,54
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,67
		671,22	28,28	17,21	105,34		136,07
Четверг							
Завтрак							
1	Котлета рыбная из горбуши с маслом	198,9	17,74	10,05	14,12	90/5	58,26
2	Картофель тушеный п/ф	149,27	3,25	4,2	24,42	150	23,19
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Мёд пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	32,8	0,08		8,03	1шт/10гр	12,14
5	Батон нарезной в/с	129,5	3,85	1,5	25,05	50	5,33
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Московский" ржаной	56,1	2,19	0,39	10,92	30	2,61
		629,67	27,89	16,35	96,3		121,39
Пятница							
Завтрак							
1	Поджарка из говядины /лук п/ф/	254,51	18,63	18,49	3,44	100	90,67
2	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
3	Кисель вишня лайм (гарден)	97,55	0,13	0,03	23,84	200	17,06
4	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	70,91	2,05	0,5	13,5	30	3,09
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	129,8	4,13	1,27	23,68	50	5,39
		608,71	27,61	21,46	72,69		130,09

Шеф-Повар

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)