



**МЕНЮ**

на 22 - 26 Января 2024 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	Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром п/ф	276,5	15,85	7,8	35,15	130/45/25	61,40
2	Чай со смородиной	28,35	0,1	0,04	6,72	200	5,99
3	Печенье "Шакер-Чурек" 50гр	260	3	13,5	32,5	1шт/50гр	17,55
4	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
5	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	114,01	3,33	1,49	18,37	35	4,46
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
		<b>762,16</b>	<b>26,44</b>	<b>24,66</b>	<b>105,28</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</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	Каша молочная пшенная (жидкая) с маслом	252,2	8,36	8,14	36,13	200/5	21,12
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Йогурт со вкусом киви питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	45,68	1,51	0,25	9,36	23	1,93
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	102,4	3,26	1	18,68	40	4,26
7	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	37,06
		<b>664,72</b>	<b>19,41</b>	<b>21,96</b>	<b>95,94</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Печень тушеная в соусе с овощами п/ф	150,96	16,33	6,3	7,04	60/50	45,32
2	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
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	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	44,63	1,36	0,42	8,72	18	1,91
		<b>576,58</b>	<b>26,69</b>	<b>14,95</b>	<b>80,07</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
2	Булгур припущенный	204,1	6,2	4,29	38,01	150	19,26
3	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, клубника)	42,92	0,25	0,1	9,81	200/8	9,25
4	Сок яблочно-шиповниковый восстановленный осветлённый "Сады придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,73
5	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	131,6	3,84	1,72	21,2	40	5,15
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	46,62	1,5	0,25	9,58	23	1,86
		<b>698,28</b>	<b>24,51</b>	<b>18,91</b>	<b>105,53</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
2	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
3	Запеканка из творога*	251,12	18,3	12,9	19,96	130	52,43
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	46,07	1,47	0,21	9,63	21	1,96
6	Фрукт апельсин свежий	79,55	1,67	0,37	14,99	185	30,79
		<b>525,59</b>	<b>21,64</b>	<b>20,77</b>	<b>64,84</b>		<b>107,70</b>

Шеф-Повар

(подпись)

*[Handwritten signature]*

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

*[Handwritten signature]*  
(подпись)

Грицок О.М.

Старший  
калькулятор

*[Handwritten signature]*  
(подпись)

Грицок О.М.

### МЕНЮ

на 22 - 26 Января 2 024 г. 1-Комплекс Горячий завтрак с 12-18 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеводы	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Филе куриное запеченное с сыром	174,69	20,74	9,38	1,5	100г/100г	93,50
2	Макаронные изделия отварные (рожки трубоч)	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					1шт/30гр	16,12
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
6	Хлеб "Рябинushка" пшеничный витамин.	63	2	0,33	13	25	2,21
		<b>528,93</b>	<b>29,8</b>	<b>14,63</b>	<b>68,06</b>		<b>128,29</b>
<b>Вторник</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	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
		<b>697,46</b>	<b>19,55</b>	<b>27,02</b>	<b>93,39</b>		<b>135,41</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Гуляш из говядины п/ф	205,46	15,3	14,55	3,38	50/50	72,62
2	Картофель отварной 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
		<b>688,31</b>	<b>27,45</b>	<b>23,03</b>	<b>89,29</b>		<b>123,53</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
2	Рис припущенный с овощами 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 пломбира 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
		<b>684,27</b>	<b>24,63</b>	<b>22,02</b>	<b>96,42</b>		<b>109,77</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
2	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
3	Запеканка из творога*	386,33	28,16	19,85	30,7	200	80,67
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	88	2,8	0,4	18,4	40	3,74
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	18,73
		<b>665,48</b>	<b>31,88</b>	<b>27,9</b>	<b>76,65</b>		<b>125,66</b>

Шеф-Повар \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк О.М.*  
 (подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник *О.М.*  
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк О.М.*  
 (подпись) Грицюк О.М.

**МЕНЮ**

на 22 - 26 Января 2024 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 Сыробогаатов	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 с бананом	260,93	6,02	6,82	43,49	200/50	37,35
4	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Московский" ржаной	56,47	2,2	0,39	10,99	30	2,63
		676,64	19,7	23,9	98,62		107,70
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
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	Мясо с картофелем в стиле шурпа п/ф	208,6	11,56	11,01	15,07	40/160	48,06
4	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
5	Творог обогащенный "Растишка" Лесные ягоды и персик -груша инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	21,3	0,7	0,12	4,37	11	0,90
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
		393,36	18,77	16,97	40,75		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	56,51
3	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Батон нарезной в/с	64,87	1,93	0,75	12,55	25	2,67
		552,67	18,01	20,02	74,87		107,70
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тефтели рыбные из горбуши	150,26	14,98	5,32	10,62	90	47,02
2	Картофельные шарики запеченные п/ф	232,28	4,6	7,09	63,48	150	17,93
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Фрукт банан свежий	201,6	3,15	1,05	44,1	210	36,20
5	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	27,32	0,88	0,15	5,61	14	1,09
		706,16	25,59	14,5	141,42		107,70
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Поджарка из свинины /лук п/ф/	252,44	15,2	18,55	5,14	60/30	60,63
2	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,26	2,94	3,5	22,4	150	17,66
3	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	4,54
4	Йогурт малина питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	54,76	1,74	0,25	11,45	25	2,33
		595,53	24,24	25,16	67,7		107,70

Шеф-Повар

(подпись)

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)

**МЕНЮ**

на 22 - 26 Января 2 024 г. 2-Комплексе Горячий завтрак с 12-18 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	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	200/8	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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	126	4	0,65	26	50	4,41
		799,31	23,07	25,81	121,42		113,02
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
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" инд.уп.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
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Котлета рыбная из горбуши с маслом	198,9	17,74	10,05	14,12	90/5	58,34
2	Картофельные шарики запеченные п/ф	232,28	4,6	7,09	63,48	150	17,93
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Мед пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	32,8	0,08		8,03	1шт/10гр	12,14
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	164,5	4,8	2,15	26,5	50	6,44
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	60,6	1,95	0,33	12,45	30	2,41
		752,18	29,95	19,83	138,34		117,12
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Азу из говядины "По-новому" (лук п/ф)	214,07	15,28	15,67	3,01	50/50	76,62
2	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,26	2,94	3,5	22,4	150	17,66
3	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	15,32
4	Хлеб "Московский" ржаной	56,1	2,19	0,39	10,92	30	2,61
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,69
		608,43	23,91	20,06	82,83		116,90

Шеф-Повар

(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицук О.М.*  
(подпись)

Грицук О.М.

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицук О.М.*  
(подпись)

Грицук О.М.

Адрес: г. Ярославль, ул. Тургеневская, д. 10  
 Центральное предприятие Комбинат школьного питания  
 Центральный цех  
 И.Н. *Иванов*

Согласовано:  
 Директор *Иванов*  
 (подпись)  
 Для размещения документа  
 Департамент  
 Ярославль

### МЕНЮ

на 22 - 23 Января 2 024 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 Сыробогаатов	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	196,09	5,32	6,78	28,25	180/5	20,06
4	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
		545,73	17,86	23,33	69,87		78,47
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/ (ов. п/ф)	170,09	14,69	6,99	12,05	200/50	57,08
3	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,51
4	Картофель отварной п/ф	162,2	3,35	4,53	26,94	160	22,08
5	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
7	Хлеб "Московский" ржаной	27,27	1,06	0,19	5,31	15	1,27
		718,34	32,79	23,76	91		167,63
		1 264,07	50,65	47,09	160,87	Итого за день	246,10
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка из творога*	289,75	21,12	14,89	23,03	150	60,50
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
3	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
4	Йогурт со вкусом киви питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
		433,18	25,39	19,18	45,79		98,11
<b>Обед</b>							
1	Овощная нарезка с маслом растительным (томаты,огурцы св)	49,36	0,72	4,08	2,32	80	23,27
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной,со сметаной и зеленью п/ф	165,47	8,13	10,48	9,42	250/20/10/1	45,51
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	140,95	11,15	9,48	2,65	50/40	61,90
4	Макаронные изделия отварные (улитки вес)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200/6	2,75
6	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	55,71	1,77	0,54	10,16	22	2,31
		725,89	29,47	29,05	84,88		147,99
		1 159,07	54,86	48,23	130,67	Итого за день	246,10

Шеф-Повар *Зер*  
 (подпись)

Мед. работник *Иванов*  
 (подпись)

Старший калькулятор *Богомолова Е.Н.*  
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицок О.М.*  
 (подпись)



**МЕНЮ**

на 24 - 25 Января 2 024 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	Перловая каша с тушеной говядиной и овощами	268,1	12,62	13,59	23,43	180	37,26
2	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
3	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
4	Батон нарезной в/с	77,7	2,31	0,9	15,03	30	3,20
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		<b>497,64</b>	<b>19,37</b>	<b>17,46</b>	<b>64,86</b>		<b>61,44</b>
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая тыква 15 гр. ТМ Зеленика	70,53	1,04	4,23	5,88	15	35,75
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной п/ф	166,63	5,63	8,1	17,6	250/10/10	37,46
3	Гуляш из говядины п/ф	198,81	15,18	14,17	2,7	50/40	72,00
4	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
5	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
6	Сок яблочный восстановленный осветленный "Сады Придонья" 125 мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,57
7	Батон нарезной в/с	66,69	1,98	0,77	12,9	26	2,74
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>724,51</b>	<b>28,81</b>	<b>28,95</b>	<b>84,71</b>		<b>184,66</b>
		<b>1 222,15</b>	<b>48,18</b>	<b>46,41</b>	<b>149,57</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	195,17	6,46	8,05	24,03	180/5	17,78
2	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
3	Кисломолочный напиток "Кефир" витаминизир. инд.уп. 100 гр	100	6	5	7,8	2шт/100гр	31,20
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
5	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,62
		<b>530,42</b>	<b>19,7</b>	<b>17,48</b>	<b>70,62</b>		<b>79,42</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие с зеленью	9,07	0,57	0,08	1,57	80	17,92
2	Свекольник с говядиной со сметаной п/ф	182,41	8,42	9,8	15,05	250/20/5	49,90
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	148,51	11,64	7,5	13,34	90/5	52,52
4	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
5	Сок яблоко абрикос с мякотью для детей "Мой" 1 л	96			24	200	22,01
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	38,18	1,23	0,21	7,84	19	1,52
		<b>684,66</b>	<b>27,08</b>	<b>23,18</b>	<b>94,52</b>		<b>166,68</b>
		<b>1 215,08</b>	<b>46,78</b>	<b>40,66</b>	<b>165,14</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

*Зел*  
 (подпись)

Старший калькулятор

*Богомолова Е.Н.*  
 Богомолова Е.Н.

Мед. работник

*Грицок О.М.*  
 (подпись)

Старший калькулятор

*Грицок О.М.*  
 Грицок О.М.  
 (подпись)



**МЕНЮ**

на 26 Января 2024 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	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
2	Йогурт малина питьевой уп 100гр	148	5,6	5	22	2шт/100гр	41,60
3	Блинчики с абрикосовой начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	30,49
4	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,48	0,48	11,76	120	13,26
		<b>512,5</b>	<b>12,39</b>	<b>14,75</b>	<b>84,67</b>		<b>96,88</b>
<b>Обед</b>							
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	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
4	Булгур с овощами (овощи п/ф)	184,54	5,41	4,44	33	140	18,68
5	Сок яблоко-груша восстановленный д/детей Сады придонья 0,2мл	92			23	1шт/200мл	25,23
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	51,94	1,65	0,24	10,86	24	2,22
		<b>779,03</b>	<b>25,23</b>	<b>21,58</b>	<b>124,09</b>		<b>149,22</b>
		<b>1 291,53</b>	<b>37,62</b>	<b>36,33</b>	<b>208,76</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар *Зел*  
 (подпись)

Старший калькулятор *Е.Н. Богомолова*  
 Богомолова Е.Н.

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Старший калькулятор *О.М. Грицюк*  
 Грицюк О.М.  
 (подпись)