



Общество Комбинат школьного питания  
Центральный  
И.Н. *Масдел*

Согласовано:

Директор *АМ*  
(подпись)

**МЕНЮ**

на 9 - 12 Января 2024 г. 1-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</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	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
3	Поджарка из свинины п/ф	214,12	12,5	16,35	3,44	50/40	49,57
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	201,31	3,99	6,14	55,01	130	15,54
5	Чай гречишный	0,01				200	0,74
6	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус пломбира инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	69,16	2,2	0,68	12,62	27	2,88
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		676,73	25,71	32,49	90,64		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	Чахохбили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	93,99	11,18	3,64	3,92	50/40	59,39
3	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
4	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	59	1,88	0,27	12,34	27	2,52
		455,31	21,3	11,97	65,24		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	Картофель отварной п/ф	152,07	3,14	4,24	25,25	150	20,70
3	Чай яблочно-красносмородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200/6	3,66
4	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
5	Сок яблочный прямого отжима "Дары Кубани" 125мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
7	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	87,68	2,56	1,15	14,13	27	3,43
		565,76	25,07	13,47	82,99		107,70
<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	Свинина тушеная в томате с перцем болгарским п/ф 2в	243,57	14,66	19	2,63	60/40	58,55
3	Овощи тушеные	67,13	3,2	1,4	9,88	180	16,65
4	Кисель вишня лайм (Гарден)	97,55	0,13	0,03	23,84	200	17,82
5	Батон нарезной в/с	96,21	2,86	1,11	18,61	37	3,96
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,75
		607,96	22,41	29,05	62,38		107,70

Шеф-Повар *Зел*  
(подпись)

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

Мед. работник \_\_\_\_\_  
(подпись)

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





Федеральное государственное учреждение  
«Федеральный центр безопасности и качества  
пищевых продуктов»  
Федеральный центр безопасности и качества  
пищевых продуктов  
Федеральный центр безопасности и качества  
пищевых продуктов  
Федеральный центр безопасности и качества  
пищевых продуктов

Центральный  
И.Н. *Масал*

Согласовано:

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 9 - 12 Января 2024 г. 2-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<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	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	Кофейный напиток с молоком (цикорий)	86,74	3,06	2,5	12,79	200/6	13,56
5	Йогурт малина питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
6	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 200 мл	88			22	1шт/200мл	25,25
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	65,66	2	0,62	12,83	27	2,81
		659,78	17,74	23,24	99,42		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
2	Печень тушеная в соусе с овощами п/ф	132,19	13,68	5,75	6,25	50/50	38,45
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
5	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,81
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	42,31	1,35	0,19	8,85	19	1,80
8	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр Dr Korner	34,1	0,66	0,11	7,59	1шт/11гр	16,01
		556,08	24,83	16,69	76,27		107,70
<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	176,89	5,37	3,72	32,94	130	16,69
3	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
4	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус пломбира инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	35,03	1,16	0,19	7,18	18	1,48
7	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		597,77	24,32	20,49	79,25		107,70
<b>Пятница</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	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	351,68	19,48	16,3	36,25	130	55,74
3	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
4	Мёд пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	65,6	0,16		16,06	2шт/10гр	24,28
5	Фрукт мандарин свежий	23,6	0,56	0,14	5,25	70	13,20
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,62	1,38	0,23	9	17	1,53
		582,1	21,75	23,96	73,54		107,70

Шеф-Повар

*Зел*

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицюк*

(подпись)

Грицюк О.М.

Старший  
калькулятор

*Грицюк*

(подпись)

Грицюк О.М.





Муниципальное учреждение  
«Комбинат школьного питания»  
Центральный  
И.Н. *Marsel*

Согласовано,

Директор *JCA*  
(подпись)

### МЕНЮ

на 9 - 12 Января 2 024 г. 1-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 12-18 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,51
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 - банан вкус пломбира 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
		<b>602,88</b>	<b>24,38</b>	<b>19,51</b>	<b>79,6</b>		<b>118,91</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	13,3	0,74	0,08	2,42	50/30	28,96
2	Чахохбили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	93,99	11,18	3,64	3,92	50/40	59,39
3	Гречка отварная	206,04	6,86	6,13	30,92	180	10,47
4	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
5	Йогурт яблоко - тархун питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	60,6	1,95	0,33	12,45	30	2,42
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,68
		<b>580,27</b>	<b>27,09</b>	<b>13,19</b>	<b>88,91</b>		<b>129,38</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тефтели рыбные из горбуши	150,26	14,98	5,32	10,62	90	47,02
2	Картофель отварной п/ф	152,07	3,14	4,24	25,25	150	20,70
3	Чай яблочно-красносмородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200/6	3,66
4	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	60	1,98	0,33	12,3	30	2,54
7	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	164,5	4,8	2,15	26,5	50	6,42
		<b>659,84</b>	<b>25,69</b>	<b>12,26</b>	<b>105,45</b>		<b>112,88</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бефстроганов из говядины п/ф	231,82	15,65	16,92	4,24	100	77,70
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	17,82
4	Батон нарезной в/с	129,5	3,85	1,5	25,05	50	5,33
5	Хлеб "Московский" ржаной	56,1	2,19	0,39	10,92	30	2,61
		<b>570,91</b>	<b>24,49</b>	<b>20,01</b>	<b>72,28</b>		<b>117,34</b>

Шеф-Повар *Zab*  
(подпись)

Мед. работник \_\_\_\_\_  
(подпись)

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

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



**МЕНЮ**

на 9 - 12 Января 2 024 г. 2-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 12-18 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<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 рисовая (жидкая) с маслом	220,82	5,92	7,85	31,4	200/6	22,70
3	Кофейный напиток с молоком (цикорий)	86,74	3,06	2,5	12,79	200/6	13,56
4	Йогурт малина 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	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
7	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	102,4	3,26	1	18,68	40	4,26
8	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,07
		<b>733,36</b>	<b>20,39</b>	<b>25,79</b>	<b>104,16</b>		<b>117,08</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Гуляш из говядины п/ф	201,76	15,23	14,34	3	100	72,28
2	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
3	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
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 "Российский" ржано-пшеничный	60,6	1,95	0,33	12,45	30	2,42
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,67
		<b>659,01</b>	<b>27,71</b>	<b>22,45</b>	<b>86,42</b>		<b>121,04</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
2	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	215,08	6,41	7,96	29,43	180	15,52
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	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	120	3,96	0,66	24,6	60	5,07
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		<b>692,93</b>	<b>27,89</b>	<b>23,73</b>	<b>89,66</b>		<b>109,10</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 с сухофруктами и овсяным штрейзелем	541,04	29,97	25,08	55,77	200	85,76
4	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
5	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	100,8	3,2	0,52	20,8	40	3,54
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	18,72
		<b>833,14</b>	<b>34,06</b>	<b>33,25</b>	<b>104,24</b>		<b>130,34</b>

Шеф-Повар *Зек*  
 (подпись)

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

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

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



**МЕНЮ**

на 9 - 10 Января 2 024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сырники из творога п/ф	280,2	28,83	4,38	32,23	150	86,21
2	Джем "Махеев" абрикосовый	54,4			13,4	20	9,37
3	Чай гречишный	0,01				200	0,74
4	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,59
		<b>385,61</b>	<b>31,83</b>	<b>6,88</b>	<b>49,83</b>		<b>111,91</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	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	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)	200,98	5,25	3,93	35,83	140	9,93
5	Напиток из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200/6	4,88
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	61,57	1,96	0,6	11,23	24	2,56
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>709,62</b>	<b>29,76</b>	<b>23,37</b>	<b>90,84</b>		<b>134,19</b>
		<b>1 095,23</b>	<b>61,59</b>	<b>30,25</b>	<b>140,67</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	271,56	13,83	14,3	21,55	180	38,15
2	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
3	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
4	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	66	2,1	0,3	13,8	30	2,81
		<b>458,99</b>	<b>20,13</b>	<b>17,32</b>	<b>55,35</b>		<b>60,01</b>
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной п/ф	166,63	5,63	8,1	17,6	250/10/10	37,46
3	Бефстроганов из говядины п/ф	225,86	15,56	16,49	3,82	50/40	76,88
4	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
5	Напиток теплый 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	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	63,93	2,03	0,29	13,37	29	2,71
		<b>737,95</b>	<b>29,18</b>	<b>29,04</b>	<b>88,93</b>		<b>186,09</b>
		<b>1 196,94</b>	<b>49,31</b>	<b>46,36</b>	<b>144,28</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-Повар

*Зел*

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)





Центральный  
И.Н. *Марал*

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 11 - 12 Января 2024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная ячневая с маслом	193,87	6,16	6,86	26,7	180/5	18,01
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	2/100 гр	31,20
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
5	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		526,72	19,35	16,28	72,78		79,64
<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	52,40
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 "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	33,61	1,11	0,18	6,89	17	1,42
7	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		680,09	26,96	23,15	93,57		166,46
		1 206,81	46,31	39,43	166,35	Итого за день	246,10
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
2	Кисломолочный напиток "Снежок" инд.уп.100гр	156	6	5	22	2шт/100гр	28,86
3	Блинчики с абрикосовой начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	30,49
4	Фрукт банан свежий	172,8	2,7	0,9	37,8	180	31,03
		641,2	14,98	15,15	111,82		103,94
<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	37,01
3	Котлета рыбная из минтая с маслом	144,9	14,14	5,66	14,12	90/5	43,49
4	Рис припущенный с овощами п/ф	179,76	3,18	4,54	31,5	130	12,80
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстан. "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной в/с	63,17	1,88	0,73	12,22	24	2,60
7	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,73
		809,99	29,27	25,13	120,94		142,16
		1 451,19	44,25	40,28	232,76	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Старший  
калькулятор

Григорьев О.М.