

МЕНЮ

на 15 - 19 Апреля 2024 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	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	71,81
3	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
4	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Батон нарезной в/с	61,96	1,84	0,72	11,98	24	2,55
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
		710,12	20,6	47,83	89,7		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	72,69	0,29	3,09	10,94	1/15	35,75
2	Мясо свинины с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	210,95	11,67	11,03	15,38	40/160	47,91
3	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
4	Сок яблочный восстановленный осветленный "Дары Кубани"125мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,60
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	110,16	2,86	0,89	18,36	39	4,02
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,76
		522,79	16,48	15,28	74,03		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 с сухофруктами и овсяным штрейзелем	405,15	22,48	18,76	41,8	150	65,53
3	Чай с ягодно-яблочной смесью №1	28,35	0,1	0,04	6,72	200	4,18
4	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
5	Батон нарезной йодированный	109,53	3,07	1,08	21,43	40	4,66
		678,88	25,75	27,13	87,53		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Тефтели рыбные из горбуши	150,36	14,98	5,33	10,61	90	39,82
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/7гр	10,41
3	Пюре картофельное п/ф	173,63	3,96	5,68	26,54	180	24,29
4	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	4,54
5	Панкейки	171,84	4,1	5,17	27,23	2шт/35	24,42
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	60,72	1,93	0,31	12,53	24	2,14
		703,42	27,53	18,24	104,68		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Хрустящий овощной микс (морковь,свекла,тыква) 15 гр ТМ Зеленика	66	0,3	1,65	12,3	15	35,75
2	Плов из свинины п/ф	353,56	13,83	14,44	41,32	40/160	42,52
3	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
4	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	54,71	1,61	0,79	9,5	23	3,42
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
		676,61	17,72	17,19	112,59		107,70

Шеф-Повар

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

(подпись)

МЕНЮ

на 15 - 19 Апреля 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	Панкейки мини	183,03	3,02	4,24	30,02	3шт/25гр	26,51
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	203,03	5,75	7,37	28,18	220/5	22,09
3	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
4	Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком 55 гр	86,9	1,43	2,64	14,41	55	29,05
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	60,63	1,78	0,88	10,53	26	3,80
		662,64	16	18,48	103,03		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	Сыр плавленный с зеленью "Дружба"	41,44	1,46	3,25	1,63	16,25/1	8,96
3	Котлета из мяса птицы п/ф	115,51	11,59	3,88	13,26	90	42,87
4	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	17,66
5	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
6	Йогурт яблоко -тархун питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	55,9	1,45	0,45	9,32	20	2,04
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,33	1,38	0,22	8,94	17	1,52
		599,4	22,26	21,3	80,38		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Томаты Черри %	14,4	0,7	0,16	3,14	80	41,60
2	Печень тушеная в соусе с овощами п/ф	128,86	13,15	5,66	6,06	50/50	38,57
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	72,69	2,31	0,37	15	29	2,55
		439,98	21	11,39	61,02		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	347,36	17,67	18,3	27,51	230	48,74
2	Напиток из ягод (красная смородина, вишня)	43,92	0,15	0,15	10,22	200/8	11,01
3	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,05
4	Хлеб "Николаевский" йодир.	78,92	2,05	0,64	13,15	28	2,88
5	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр Dr Korner	34,1	0,66	0,11	7,59	1шт/11гр	16,02
		591,2	22,51	22,61	69,86		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	72,69	0,29	3,09	10,94	1/15	35,75
2	Запеканка картофельная с рыбой горбуша пф	277,36	17,39	9,96	32,93	220	61,01
3	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	58,75	1,73	0,85	10,2	25	3,67
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	93,5	2,97	0,48	19,29	37	3,29
		530,8	22,45	14,42	80,2		107,70

Шеф-Повар

Заб
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк
(подпись)

Грицюк О.М.

Старший
калькулятор

Грицюк
(подпись)

Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 15 - 16 Апреля 2 024 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 Сыробогаатов	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 рисовая (жидкая) с маслом	172,13	4,71	6,69	23,07	180/5	18,91
4	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
5	Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком 55 гр	86,9	1,43	2,64	14,41	55	29,05
6	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,45
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
		554,77	13,94	23,72	70,44		82,81
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 "Рыбацкая" с горбушей /филе/ с зеленью п/ф	182,41	14,73	8,3	12,14	200/50/1	49,49
3	Поджарка из свинины п/ф	214,6	12,5	16,38	3,41	50/40	42,57
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок яблочный для детей 200мл	92			23	1шт/200мл	21,49
6	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,45
7	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
8	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	52,31	1,54	0,76	9,08	22	3,27
		859,86	35,84	35,65	95,86		163,29
		1 414,63	49,78	59,37	166,3	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
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	Кисломолочный напиток "Снежок" инд.уп.100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		656,29	27,3	21,91	91,85		104,77
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	Котлета рыбная из горбуши п/ф	165,89	17,69	6,43	14,05	90	45,77
4	Рис припущенный с овощами п/ф	207,6	3,67	5,25	36,34	150	14,77
5	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
6	Конфета жевательная 11гр	46,2	0,03	0,66	9,9	1шт/11гр	13,59
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	69,88	1,81	0,56	11,65	25	2,55
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,49
		771	34,1	21,83	112,81		141,33
		1 427,29	61,4	43,74	204,66	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

Зел
 (подпись)

Старший
 калькулятор

Богомолова Е.Н.
 (подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Старший
 калькулятор

Грицюк О.М.
 (подпись) Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 17 - 18 Апреля 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	Плов из свинины п/ф	353,56	13,83	14,44	41,32	40/160	42,52
3	Кисломолочный напиток "Ряженка" инд.уп.100гр	51	3	2,5	4,2	1шт/100гр	15,60
4	Кофейный напиток с цикорием с молоком (курземе)	89,28	3,17	2,5	11,99	200	12,31
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	57	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,51
		659,78	22,94	27,37	75,99		82,99
Обед							
1	Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	72,69	0,29	3,09	10,94	1/15	35,75
2	Суп гороховый с говядиной и гречками п/ф	197,39	9,23	6,16	26,77	200/10/10	26,96
3	Чахохбили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	94,12	11,18	3,65	3,91	50/40	53,59
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	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	59,31	1,54	0,48	9,88	21	2,16
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	41,73	1,32	0,22	8,61	17	1,47
		819,58	29,58	18,21	131,3		163,11
		1 479,36	52,52	45,58	207,29	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Домашние"	134,79	2,16	10,12	8,8	2шт/45гр	21,53
2	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
4	Какао напиток "Хрутка"	152,96	9,4	7,3	11,51	200	32,05
5	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,35
		509,99	17,49	22,8	61,92		109,80
Обед							
1	Овоци свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Борщ из свежей капусты с картофелем с говядиной со сметаной, зелень п/ф	171,23	8,13	10,45	10,96	250/20/10/1	48,25
3	Бефстроганов из мяса (свинина) п/ф	224,16	12,7	17,19	3,8	50/40	44,14
4	Гречка отварная	148,81	4,96	4,43	22,33	130	7,56
5	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200/6	5,18
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	61,56	1,6	0,5	10,26	22	2,25
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		728,86	30,46	33	73,38		136,30
		1 238,85	47,95	55,8	135,3	Итого за день	246,10

Шеф-Повар Зел
 (подпись)

Старший калькулятор Богомолова Е.Н.
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Старший калькулятор Грицюк О.М.
 (подпись)

утверждаю:
 Директор Центрального Комбината школьного питания
 И.Н. Марин

Согласовано:
 Директор ЖС
 (подпись)

МЕНЮ

на 19 - 20 Апреля 2 024 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
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 молочная "Дружба" с маслом	196,92	5,7	7,01	27,54	180/5	19,39
3	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
4	Йогурт персик+манго питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Кисломолочный напиток "Кефир" витаминизир. инд.уп. 100 гр	50	3	2,5	3,9	1шт/100гр	15,60
6	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,48	0,48	11,76	120	13,26
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,49
		615,7	17,91	23,16	83,02		93,98
Обед							
1	Хрустящая тыква 15 гр. ТМ Зеленика	70,53	1,04	4,23	5,88	15	35,75
2	Суп лапша с курицей с зеленью п/ф	191,25	9,7	10,72	13,87	250/20/1	32,03
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины п/ф	170,89	11,87	10,94	10,71	90	43,05
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	149,06	3,58	1,95	29,21	160	18,88
5	Сок яблоко -виноград восстановленный для детей "Сады придонья" 2 л	92			23	200	17,91
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	44,65	1,31	0,65	7,75	19	2,79
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	48,75	1,55	0,25	10,06	19	1,71
		767,13	29,05	28,74	100,48		152,12
		1 382,83	46,96	51,9	183,5	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Сыр плавленый порц. "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16,25/1	8,96
2	Омлет запеченный натуральный	231,01	16,43	16,95	3,13	160	45,25
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Творог обогащенный "Растишка" Лесные ягоды и персик -груша инд уп 45гр	91,8	5,4	3,13	10,51	2/45гр	33,11
5	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,45
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,95
		498,91	26,5	24,73	41,79		95,61
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками п/ф	245,66	7,84	10,19	30,47	250/20/1	32,49
3	Наггетсы куриные хрустящие	203,4	9	11,4	16,2	90	52,33
4	Овощи тушеные	56,1	2,67	1,18	8,22	150	13,88
5	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
6	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	56,73	1,8	0,29	11,71	23	1,98
		756,82	23,79	24,04	107,44		150,49
		1 255,73	50,29	48,77	149,23	Итого за день	246,10

Шеф-Повар Зен
 (подпись)

Старший калькулятор Богомолова Е.Н.
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Старший калькулятор Грицюк О.М.
 (подпись)