

## МЕНЮ

на 25 - 29 сентября 2023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с яблочной начинкой и бананом	205,68	3,44	5,66	35,38	1/80гр	34,37
2	Каша пшеничная молочная с маслом	165,02	4,51	7,41	19,89	200/5	17,52
3	Какао-напиток молочный, витамин. С зефирками	89,3	4,02	2,95	11,5	200/8/8	34,54
4	Фрукт слива свежая	55,2	0,84	0,34	12,02	120	19,50
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	28,48	0,84	0,41	4,94	12	1,77
		543,68	13,65	16,77	83,73		107,70
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сливочное /порционно/	66,2	0,1	7,25	0,14	10	9,20
2	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	50,49
3	Овощи припущенные	126,46	2,87	3,62	20,39	160	19,02
4	Напиток тёплый из шиповника	77,36	0,54	0,22	15,71	200/8	5,14
5	Йогурт груша+злаки+семена льна питьевой ул 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	36,21	1,2	0,2	7,42	18	1,53
7	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	43,08	1,37	0,22	8,89	17	1,52
		626,61	17,88	25,4	79,76		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Сыр плавленый с зеленью "Дружба"	42,08	1,49	3,3	1,65	16,5/1	11,19
3	Печень, тушенная в соусе с овощами /ов.п/ф/	127,77	13,68	5,25	6,25	100	38,36
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	290,12	5,63	9,34	77,65	150	22,04
5	Чай без сахара	0,01				200	0,55
6	Батон нарезной йодированный	71,92	2,01	0,71	14,07	26	3,06
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	60,75	1,85	0,58	11,88	25	2,60
		618,25	25,38	19,7	116,75		107,70
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	5,5	0,35	0,05	0,95	50	11,02
2	Котлета мясная /говядина, свинина/* лук п/ф	194,52	11,87	12,23	11,39	90	43,66
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	173,98	5,56	5,47	25,58	170	13,26
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200	7,00
5	Мороженое молочное ванильное со сгущенным молоком и пребиотиком 55 гр	99	2,15	3,58	13,81	55	29,05
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	42,97	1,24	0,31	8,18	18	1,87
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	43,48	1,38	0,2	9,09	20	1,84
		604,37	22,75	21,89	79,63		107,70
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Минтай запеченный с маслом	128,33	16,76	5,2	3,57	90/5	53,65
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,98
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябиношка" пшеничный витамин.	51,31	1,63	0,26	10,59	20	1,80
		410,43	23,88	10,59	54,12		107,70

Повар-бригадир *[подпись]*  
 (подпись)

Мед. работник *[подпись]*  
 (подпись)

Экономист по ценам *[подпись]* Грицюк О.М.

Экономист по ценам *[подпись]* Грицюк О.М.  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 25 - 26 Сентября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тост с сыром и свежими овощами (тост.хл,огур,сыр Сулугуни)	99,97	4,93	3,56	9,27	17/10/15	18,43
2	Запеканка из творога*	282,2	21,12	15,38	20,04	150	60,04
3	Молоко сгущенное с сахаром	64,2	1,36	1,7	11,2	20	6,85
4	Кофейный напиток с молоком	90,42	3,09	2,52	13,68	200/8	11,79
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	23,5	0,69	0,34	4,08	10	1,46
		560,29	31,19	23,5	58,27		98,57
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,55
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	45,55
3	Жаркое "По-домашнему"со свиной ов.п/ф	305,73	14,63	17,54	21,54	50/150	53,64
4	Напиток тёплый из свежих яблок с клубникой	52,82	0,23	0,18	12,22	200/8	9,47
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	43,03	1,26	0,62	7,47	18	2,69
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,58
		693,85	27,29	30,2	73,33		147,53
		1 254,14	58,48	53,7	131,6	Итого за день	246,10
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	9,34
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	278,36	6,48	10,37	39,6	200/10	24,14
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	20,32
4	Чай яблочно-вишневый	31,25	0,08	0,05	7,5	200/8	3,58
5	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	34,48
6	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		810,38	18,68	17,32	144,73		93,46
<b>Обед</b>							
1	Салат в стиле Греческий сыром адыгейским	64,97	2,6	5,04	2,21	80	28,86
2	Суп картофельный с макаронами и говядиной ов.п/ф	168,65	7,81	9,11	13,81	250/20	41,63
3	Минтай, запеченный с сыром	142,98	20,71	4,73	4,2	100	61,46
4	Рис припущенный	216,2	3,74	5,06	38,94	150	13,49
5	Напиток из сухофруктов	69,04	0,83	0,05	16,14	200	3,01
6	Хлеб "Дарницкий"ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиночка" пшеничный витамин.	73,83	2,34	0,38	15,24	29	2,58
		773,67	39,28	24,58	98,33		152,64
		1 584,05	57,96	41,9	243,06	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

*Зуб*

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

*Богомолова Е.Н.*

(подпись)

Экономист по ценам

*Грицюк О.М.*

(подпись)

## МЕНЮ

на 27 - 28 Сентября 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон в/с) Сыробогатов	162,16	4,19	10,89	11,66	23/10/10	20,13
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоком) с маслом	265,41	8,23	8,04	39,63	200/5	24,49
3	Напиток тёплый из кураги	69,04	0,83	0,05	16,14	200/8	5,44
4	Фрукт груша свежая	75,2	0,64	0,48	16,48	160	42,64
		571,81	13,89	19,46	83,91		92,70
<b>Обед</b>							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Уха по-ростовски с зеленью (минтай ов. п/ф)	136,25	11,32	4,35	12,74	200/50/1	47,71
3	Макароны в сливочном соусе с курицей п/ф	141,64	10,01	9,91	3,21	50/150	54,76
4	Напиток тёплый бруснично-смородиновый	43,17	0,21	0,11	9,92	200/8	13,19
5	Батон нарезной йодированный	135,3	3,79	1,33	26,47	49	5,76
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		530,56	27,53	16,68	67,09		153,40
		1 102,37	41,42	36,14	151	Итого за день	246,10
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	13,42
2	Омлет запеченный натуральный	258,03	16,86	19,77	3,13	160	46,02
3	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
4	Фрукт яблоко свежее	61,1	0,52	0,52	12,74	130	14,37
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	41,12	1,19	0,29	7,83	17	1,79
		567,97	24,06	31,47	45,45		90,80
<b>Обед</b>							
1	Помидоры свежие с маслом растительным, зеленью	62,6	0,85	5,11	2,96	75/5/1	27,16
2	Суп картофельный с говядиной, гренками п/ф	245,16	10,07	9,5	29,75	250/20/10	49,01
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	241,52	13,87	16	14,99	90/5	52,87
4	Гречка отварная с овощами /овоци п/ф/	153,52	4,9	4,82	22,57	150	11,70
5	Напиток из брусники и клубники	42,8	0,19	0,11	9,95	200/8	10,95
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	40,04	1,16	0,28	7,62	17	1,74
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	43,72	1,39	0,2	9,14	20	1,87
		829,36	32,43	36,02	96,98		155,30
		1 397,33	56,49	67,49	142,43	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

**МЕНЮ**

на 29 Сентября 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с яблочной начинкой и бананом	205,68	3,44	5,66	35,38	1/80гр	34,37
2	Каша молочная "Дружба" с маслом	243,8	6,38	11,01	29,56	200/10	25,49
3	Кофейный напиток с молоком (цикорий)	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	18,30
		<b>638,22</b>	<b>18,88</b>	<b>24,17</b>	<b>86,13</b>		<b>91,72</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из свежей капусты с перцем сладким, зеленью	71,5	1,27	4,04	7,46	80/1	10,60
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	177,68	8,12	9,86	13,96	200/20/10	47,45
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	145,91	11,41	7,54	12,05	90/5	47,13
4	Овощное рагу п/ф	140,74	2,91	5,54	19,62	150	21,02
5	Кисель из смородины	68,89	0,21	0,08	16,48	200/8	13,00
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	71,69	2,28	0,37	14,79	28	2,52
		<b>761,41</b>	<b>27,85</b>	<b>28,04</b>	<b>101,95</b>		<b>154,38</b>
		<b>1 399,63</b>	<b>46,73</b>	<b>52,21</b>	<b>188,08</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир *[подпись]*  
 (подпись)

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам *[подпись]* Богомолова Е.Н.

Экономист по ценам *[подпись]* Грицюк О.М.  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 25 - 29 Сентября 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное 10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Бедро куриное запеченное	225,95	16,29	17,45	0,01	100	45,20
3	Макароны в томатном соусе	197,24	5,08	4,47	33,79	150	16,06
4	Напиток тёплый из шиповника	77,36	0,54	0,22	15,71	200/8	5,14
5	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 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 "Баварский" ржано-пшеничный	48,15	1,41	0,7	8,36	20	3,01
8	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	51,64	1,51	0,67	8,32	16	2,02
		794,34	28,23	33,66	87,83		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	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	186,88	11,21	10,52	11,58	90	42,99
3	Соус брусничный (для тефтелей)	24,01	0,12	0,09	5,43	20	9,23
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Чай без сахара	0,01				200	0,55
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	52,17	1,66	0,27	10,76	21	1,83
		481	18,48	16,66	64,41		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное 10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Запеканка из творога*	282,2	21,12	15,38	20,04	150	60,04
3	Чай яблочно-вишневый	31,25	0,08	0,05	7,5	200	3,58
4	Сок яблочно-шиповниковый д/п "Сады Придонья" 125 мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,60
5	Джем "Махеев" груша и банан	81,6			20,1	30	14,06
6	Батон нарезной йодированный	79,21	2,22	0,78	15,5	29	3,37
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		645,21	25	23,92	86,53		107,70
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики без начинки	77,24	2,3	3,29	9,64	1шт/45гр	8,40
2	Минтай запеченный	95,23	16,71	1,57	3,5	90	49,06
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	290,12	5,63	9,34	77,65	150	22,04
4	Напиток тёплый яблочно-вишней	47,9	0,14	0,14	11,32	200	10,53
5	Джем "Махеев" лесные ягоды	81,6			20,1	30	14,06
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	40,22	1,16	0,29	7,66	17	1,75
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,86
		676,31	27,34	14,83	139,07		107,70
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	44,17	1,38	3,05	2,34	80	11,34
2	Плов из свинины п/ф	453,09	15,93	25,75	38,86	50/150	51,19
3	Напиток тёплый из кураги	69,04	0,83	0,05	16,14	200	5,44
4	Фрукт банан свежий	203,83	3,18	1,06	44,59	212	36,60
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	43,35	1,38	0,22	8,94	17	1,52
		851,48	23,95	30,34	118,66		107,70

Повар-бригадир Зел  
 (подпись)

Экономист по ценам Грицюк О.М.  
 (подпись)

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам Грицюк О.М.  
 (подпись)