

МЕНЮ

на 18 - 22 Сентября 2023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	50,49
2	Макароны в томатном соусе	196,46	5,84	1,59	39,26	150	14,43
3	Чай яблочно-брусничный	30,95	0,08	0,07	7,38	200	4,77
4	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
5	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	16,25
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,83	1,49	0,46	9,55	20	2,09
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	49,59	1,58	0,23	10,37	23	2,12
		779,13	24,94	18,02	121,79		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	212,93	5,27	6,57	32,99	200/5	20,01
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Йогурт печеное яблоко питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Фрукт груша свежая	70,5	0,6	0,45	15,45	150	39,98
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	55,23	1,76	0,54	10,08	22	2,30
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		614,1	15,07	20,27	91,95		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	266,42	14,63	15,74	16,55	42/160	73,16
2	Напиток из сухофруктов	69,04	0,83	0,05	16,14	200	3,01
3	Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком 55 гр	86,9	1,43	2,64	14,41	55	29,05
4	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	58,06	1,85	0,26	12,14	26	2,48
		480,42	18,74	18,69	59,24		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	177,77	10,72	10,16	10,59	90	42,11
2	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	188,37	3,45	4,7	32,96	140	16,12
3	Напиток тёплый из брусники	43,42	0,18	0,13	10,03	200/8	12,93
4	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
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 "Абсолютик" ржано-пшеничный	42,28	1,22	0,3	8,05	18	1,84
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		633,85	20,19	17,72	94,68		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сливочное /порционно/	66,2	0,1	7,25	0,14	10	9,20
2	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16/1	11,02
3	Запеканка из творога*	282,2	21,12	15,38	20,04	150	60,04
4	Джем "Махеев" абрикосовый	10,5	0,1	1	2,63	20	7,61
5	Чай яблочно-вишневый	31,25	0,08	0,05	7,5	200	3,58
6	Батон нарезной в/с	72,4	2,15	0,84	14,01	28	2,98
7	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,48	0,48	11,76	120	13,27
		559,58	25,49	28,25	57,54		107,70

Повар-бригадир *Зуб*
 (подпись)

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

Мед. работник

Экономист по ценам *Грицюк* Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 18 - 22 Сентября 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 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 пшеничная молочная с бананом	311,5	8,93	8,41	49,65	200/40	34,65
4	Какао с молоком с вит.13	94,02	3,62	2,95	13,08	200	16,06
5	Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком 55 гр	86,9	1,43	2,64	14,41	55	29,05
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	63,55	1,94	0,6	12,42	26	2,72
		705,26	20,48	25,44	102,11		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Овощи свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Запеканка картофельная со свининой п/ф	398,7	16,41	22,45	35,36	200	60,91
3	Чай без сахара	0,01				200	0,55
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	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	54,27	1,73	0,53	9,9	21	2,26
		518,08	21,72	24,71	53,56		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Нагетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	50,49
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	184,22	5,88	5,79	27,09	180	14,04
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	56,88	1,81	0,26	11,89	26	2,42
		616,12	21,77	20,29	86,54		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16/1	11,02
2	Котлета рыбная из минтая	119,12	14,54	2,67	13,14	90	39,89
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	290,12	5,63	9,34	77,65	150	22,05
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	29,15	0,11	0,03	6,31	200	3,26
5	Фрукт нектарин свежий	61,6	1,54	0,42	12,46	140	26,39
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	76,95	2,25	1,01	12,4	23	3,01
		665,37	26,91	17,06	132,52		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Поджарка из свинины /лук п/ф/	248,7	15,83	18,61	3,43	60/40	53,44
2	Овощи тушеные (без картофеля)	91,3	2,67	5,13	8,27	150	14,65
3	Кисель вишня/цитрус (гарден)	117,35	0,23	0,05	28,32	200	17,82
4	Печенье "Шакер - Чурек" 50гр	260	3	13,5	32,5	1шт/50гр	17,55
5	Батон нарезной в/с	63,9	1,9	0,74	12,36	25	2,63
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		819,25	24,88	38,24	92,67		107,70

Повар-бригадир *Зел*
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

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

МЕНЮ

на 18 - 19 Сентября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед



№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Каша пшеничная молочная с бананом	311,5	8,93	8,41	49,65	220/40	34,65
2	Какао с молоком с вит.13	94,02	3,62	2,95	13,08	200	16,06
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	20,32
4	Блинчики с вишневой начинкой	225,68	3,2	6,78	39,22	1/80гр	33,69
		787,2	21,75	23,14	123,95		104,72
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,55
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	178,81	8,11	10,45	12,9	250/20/10	48,04
3	Тефтели мясные с маслом (говядина, свинина) п/ф	210,87	10,77	13,78	10,66	90/5	46,71
4	Макаронные изделия отварные (ракушки)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	14,35
5	Напиток из кураги	69,04	0,83	0,05	16,14	200	5,44
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	35,68	1,09	0,34	6,97	15	1,53
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	64,87	2,06	0,29	13,56	29	2,76
		788,61	29,2	29,24	100,9		141,38
		1 575,81	50,95	52,38	224,85	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Горячий бутерброд с томатами и сыром (батон пш н)	100,77	4,31	3,68	12,28	23/20/10	17,79
2	Каша рисовая с маком и Джемом Махеев	221,62	5,7	8,83	33,17	200/30	35,03
3	Кофейный напиток с молоком (цикорий)	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Фрукт груша свежая	70,51	0,6	0,45	15,45	150	39,98
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	24,3	0,74	0,23	4,75	10	1,04
		503,94	14,41	15,69	78,44		107,40
Обед							
1	Винегрет овощной п/ф	101,3	1,09	8,06	6,15	80	13,86
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	183,86	4,87	13,33	10,98	250	32,41
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	207,46	12,03	15,44	4,88	90	67,07
4	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	153,52	4,9	4,82	22,57	150	11,70
5	Напиток тёплый из смородины с яблоком	50,42	0,22	0,16	11,65	200/8	9,74
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	41,8	1,27	0,4	8,17	17	1,79
		789,56	26,01	42,71	73,74		138,70
		1 293,5	40,42	58,4	152,18	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *Зиб*
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Экономист по ценам *Богомолова Е.Н.*
 (подпись)

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

МЕНЮ

на 20 - 21 Сентября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) С	125,77	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,21
2	Омлет запеченный натуральный	241,91	15,81	18,54	2,94	150	43,15
3	Напиток тёплый из шиповника	65,39	0,54	0,22	12,72	200/8	4,75
4	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,6	0,6	14,7	150	16,58
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		541,57	20,07	27,51	49,81		78,29
Обед							
1	Салат из отварной моркови, сыром с маслом п/ф	70,97	2,14	4,52	5,21	80	13,04
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	192,4	8,45	9,92	17,18	250/20/5	49,59
3	Печень "По-строгановски"	173,57	14,1	9,61	7,53	50/50	40,81
4	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,23
5	Напиток тёплый из клюквы и вишни	41,92	0,16	0,05	9,77	200/8	11,62
6	Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком 55 гр	86,9	1,43	2,64	14,41	55	29,05
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	43,72	1,39	0,2	9,14	20	1,86
		792,17	32,22	31,88	93,15		167,81
		1 333,74	52,29	59,39	142,96	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом и маслом сливочным (батон в/с)	180,97	1,97	7,94	25,98	23/10/20	18,53
2	Запеканка из творога*	282,2	21,12	15,38	20,04	150	60,04
3	Молоко сгущеное с сахаром	64,2	1,36	1,7	11,2	20	6,85
4	Кефир	106	5,8	5	8	200	17,22
5	Чай яблочно-вишневый	31,25	0,08	0,05	7,5	200	3,58
		664,62	30,33	30,07	72,72		106,22
Обед							
1	Салат из свежей капусты с морковью п/ф	72,1	1,25	4,03	7,61	80	6,27
2	Суп картофельный с горохом, с говядиной, гречками* п/ф	262,12	13,44	9,57	31,19	250/20/10	44,14
3	Минтай запеченный с маслом	128,33	16,76	5,2	3,57	90/5	53,65
4	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	201,83	3,7	5,04	35,31	150	17,28
5	Напиток из сухофруктов	69,04	0,83	0,05	16,14	200	3,01
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Абсолюттик" ржано-пшеничный	43,89	1,27	0,31	8,36	18	1,91
8	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		890,11	39,57	25,46	122,58		139,88
		1 554,73	69,9	55,53	195,3	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *Ж.И.*
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Экономист по ценам *Богомолова Е.Н.*
 (подпись)

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



МЕНЮ

на 22 Сентября 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)	132,37	6,41	6,59	11,52	23/20	18,85
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	208,79	6,47	8,05	27,38	200/5	23,43
3	Чай с лимоном	26,33	0,06	0,01	6,2	200/7/6	3,03
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	1 шт/100 г	39,00
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		585,49	22,19	24,86	65,89		85,91
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с зеленью с маслом	57,4	0,69	5,07	2,2	35/40/5/1	22,27
2	Уха "Рыбацкая" (минтай) с зеленью п/ф	129,29	10,91	4,77	10,71	200/50/1	37,41
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	207,46	12,03	15,44	4,88	90	67,07
4	Перловка отварная с овощами п/ф	158,7	3,86	4,08	26,5	150	12,15
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	15,32
6	Батон нарезной в/с	105,93	3,15	1,23	20,49	41	4,36
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
		791,78	31,89	30,8	96,07		160,19
		1 377,27	54,08	55,66	161,96	Итого за день	246,10

Повар-бригадир Зел
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Экономист по ценам Богомолова Е.Н.
 (подпись)

Экономист по ценам Грицюк О.М.
 (подпись)