



**МЕНЮ**

на 4 - 8 Сентября 2 023 г. 1-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	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	245,21	6,43	6,75	39,53	200/5	20,14
4	Какао-напиток молочный, витам. С зефирками	114,42	3,92	2,95	17,88	200/8/6	29,80
5	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,05
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	55,67	1,63	0,81	9,67	24	3,49
		651,49	18,52	24,76	91,02		107,70
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,55
2	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	177,77	10,72	10,16	10,59	90	42,11
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай ройбуш	0,25		0,01	0,01	200	2,38
5	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	50,41	1,66	0,28	10,33	25	2,13
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	49,32	1,57	0,25	10,18	20	1,73
		482,34	20,67	17,12	60,77		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	145,91	11,41	7,54	12,05	90/5	47,14
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	153,52	4,9	4,82	22,57	150	11,70
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витамин.	52,45	1,67	0,27	10,82	21	1,82
		517,6	22,79	15,47	76,38		107,70
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
2	Рыбные наггетсы	146,29	7,85	5,21	17,08	90	30,14
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	34,03		3,81	0,04	165	24,25
4	Чай яблочно-брусничный	30,95	0,08	0,07	7,38	200/8	4,77
5	Фрукт нектарин свежий	70,4	1,76	0,48	14,24	160	30,16
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	49,77	1,52	0,47	9,73	20	2,13
		414,63	15,67	13,63	60,88		107,70
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Поджарка из свинины /лук п/ф/	261,96	15,83	20,09	3,44	60/40	53,73
2	Овощи свежие гарнир	26,25	1,35	0,23	4,28	75/75	42,27
3	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200	7,82
4	Батон нарезной йодированный	55	1,54	0,54	10,76	20	2,34
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	38,34	1,23	0,21	7,88	19	1,54
		425,22	20,05	21,17	36,79		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 4 - 5 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 Гауда слайсы)	84,29	4,53	3,6	12,6	17/10/14,5	18,45
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	278,26	6,48	10,37	39,6	200/10	25,34
3	Какао-напиток молочный, витам.С зефирками	114,42	3,92	2,95	17,88	200/8/6	29,80
4	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,06
		<b>563,87</b>	<b>16,91</b>	<b>20,33</b>	<b>81,47</b>		<b>102,65</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	17,5	0,9	0,15	2,85	50/50	28,18
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	108,61	2,12	5,3	12,9	250/20/10	44,84
3	Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	223,27	9,42	16,9	8,34	90/10	46,26
4	Макаронные изделия отварные (рожок)	258,41	6,75	5,06	46,07	180	10,72
5	Напиток из шиповника	77,36	0,54	0,22	15,71	200	5,14
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	84,84	2,49	1,23	14,73	36	5,30
7	Хлеб "Рябиночка" пшеничный витамин.	85,57	2,72	0,44	17,66	34	3,01
		<b>855,56</b>	<b>24,94</b>	<b>29,3</b>	<b>118,26</b>		<b>143,45</b>
		<b>1 419,43</b>	<b>41,85</b>	<b>49,63</b>	<b>199,73</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Горячий бутерброд с помидорами сыром (батон пш н)	99,57	4,26	3,67	12,09	23/15/10	16,08
2	Каша молочная пшеничная с маслом	281,37	7,62	11,09	37,57	200/10	23,49
3	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
4	Фрукт груша свежая	75,2	0,64	0,48	16,48	160	42,64
		<b>538,58</b>	<b>15,61</b>	<b>17,76</b>	<b>77,82</b>		<b>93,74</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	99,57	1,12	6,33	9,22	80	18,84
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	185,97	15,67	12,39	2,81	90	77,13
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 "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	24,56	0,81	0,14	5,03	12	1,04
7	Хлеб "Рябиночка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		<b>740,74</b>	<b>28,95</b>	<b>37,39</b>	<b>71,1</b>		<b>152,36</b>
		<b>1 279,32</b>	<b>44,56</b>	<b>55,15</b>	<b>148,92</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир

*Е.И.*

(подпись)

Мед. работник

*О.И.*

(подпись)

Экономист по ценам

*Е.Н.*  
Богомолова Е.Н.

(подпись)

Экономист по ценам

*О.М.*  
Грицюк О.М.

(подпись)



**МЕНЮ**

на 6 - 7 Сентября 2 023 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 сливочным (батон в/с) С	125,77	1,87	7,94	11,66	23 6/10 м	12,22
2	Омлет запеченный натуральный	258,03	16,86	19,77	3,13	160	46,02
3	Напиток тёплый из кураги	69,04	0,83	0,05	16,14	200	5,44
4	Фрукт яблоко свежее	61,1	0,52	0,52	12,74	130	14,37
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		551,94	21,33	28,49	51,46		79,65
<b>Обед</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,57	0,96	0,07	11,28	80	8,84
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	200,5	8,58	10,67	17,36	250/20/10	48,14
3	Бефстроганов из свинины (лук п/ф) Диета № 9	230,12	12,7	18,35	2,71	50/50	47,43
4	Пюре картофельное п/ф	173,63	3,96	5,68	26,54	180	24,29
5	Напиток тёплый клюквенный	38,92	0,13	0,05	8,91	200/8	16,25
6	Молоко питьевое ванильное обогащ. витамин.	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	51,9	1,71	0,29	10,64	26	2,19
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	86,95	2,76	0,45	17,94	35	3,06
		913,49	33,7	38,06	107,08		166,45
		1 465,43	55,03	66,55	158,54	Итого за день	246,10
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом, маслом сливочным (батон нарезной)*	180,87	1,97	7,94	25,98	23/20/10	19,74
2	Запеканка из творога*	294,17	21,12	15,38	23,03	150	60,43
3	Соус клубничный	22,24	0,09	0,05	5,25	20	4,28
4	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	18,30
5	Чай яблочно-брусничный	30,95	0,08	0,07	7,38	200	4,76
		630,23	29,26	28,44	70,04		107,51
<b>Обед</b>							
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, гренками* 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	53,66
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 "Николаевский" йодир.	39,25	1,2	0,37	7,67	16	1,68
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		862,51	38,94	24,88	120,13		138,59
		1 492,74	68,2	53,32	190,17	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *Зел*  
 (подпись)  
 Мед. работник *Ольга*  
 (подпись)

Экономист по ценам *Богомолова Е.Н.*  
 (подпись)  
 Экономист по ценам *Грицюк О.М.*  
 (подпись)



Центральный  
И.Н. *Иванов*

Директор



## МЕНЮ

на 8 Сентября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
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	3,03
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	1 шт/100 г	39,00
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		<b>587,89</b>	<b>22,24</b>	<b>24,87</b>	<b>66,4</b>		<b>85,92</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с зеленью с маслом	62,1	0,93	5,11	2,96	50/50/5/1	29,62
2	Уха "Рыбацкая "(минтай) с зеленью п/ф	129,29	10,91	4,77	10,71	200/50/1	37,41
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	145,91	11,41	7,54	12,05	90/5	47,14
4	Перлотто	269,65	8,35	13,64	28,18	150	26,54
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	15,32
6	Батон нарезной йодированный	59,7	1,67	0,59	11,68	22	2,54
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		<b>802,05</b>	<b>34,57</b>	<b>31,87</b>	<b>97,38</b>		<b>160,18</b>
		<b>1 389,94</b>	<b>56,81</b>	<b>56,74</b>	<b>163,78</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Повар-бригадир

*Иванов*

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

*Богомолова*

(подпись)

Мед. работник

*Грицюк*

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

*Грицюк*

(подпись)

### МЕНЮ

на 9 Сентября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с яблочной начинкой	225,68	3,2	6,78	39,22	1/80гр	30,97
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	246,03	5,32	10,2	33,06	200/10	24,61
3	Какао-напиток молочный с витам.С	94,02	3,62	2,95	13,08	200	15,60
4	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	20,31
		721,73	18,14	24,93	107,36		91,49
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец)	19,8	0,94	0,13	3,37	50/30	35,04
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	178,81	8,11	10,45	12,9	250/20/10	48,05
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 (рожки трубочки)	258,41	6,75	5,06	46,07	180	12,77
5	Напиток тёплый из изюма	54,96	0,19	0,19	12,91	200/8	6,86
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	86,21	2,74	0,84	15,73	34	3,57
		847,06	30,75	30,66	109,43		154,61
		1 568,79	48,89	55,59	216,79	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *Зуб*  
 (подпись)

Мед. работник *Ольга*  
 (подпись)

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

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