

МЕНЮ

на 9 - 13 Октября 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сливочное /порционнo/	66,2	0,1	7,25	0,14	10	9,20
2	Макаронь в сливочном соусе с курицей стилие Альфредо п/ф	129,06	9,48	8,7	3,17	110/40/30	52,51
3	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
4	Молоко шоколадное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	20,80
5	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,44	0,44	10,78	110	12,16
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	64,79	1,9	0,94	11,25	28	4,05
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	97,4	2,84	1,27	15,69	30	3,80
		551,11	18,49	21,15	66,88		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Котлета мясная /говядина, свинина/* лук п/ф	184,3	12,27	11	13,54	90	43,75
3	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
4	Чай с апельсинами без сахара	2,16	0,05	0,01	0,41	200	1,24
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	49,47	1,63	0,27	10,14	25	2,09
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	100,8	3,2	0,52	20,8	40	3,53
		533,52	21,42	18,6	75,16		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Масло сливочное /порционнo/	66,2	0,1	7,25	0,14	10	9,20
2	Запеканка из творога*	294,17	21,12	15,38	23,03	150	60,43
3	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Сок яблочный восстановленный осветленный "Сады Придонья" 125 мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,57
6	Батон нарезной йодированный	55	1,54	0,54	10,76	20	2,34
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	38,79	1,18	0,37	7,58	16	1,65
		608,61	25,47	25,36	74,03		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Блинчики с вареной сгущенкой	225,68	6	7,18	35,22	1/80 гр	28,93
2	Шницель натуральный из минтая с маслом п/ф	112,6	13,73	5,87	5,9	90/5	45,19
3	Картофель отварной (карт.п/ф)	162,2	3,35	4,53	26,94	160	22,08
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	57,12	1,82	0,26	11,94	26	2,42
		650,32	26,48	18,23	99,73		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки	77,24	2,3	3,29	9,64	1шт/45гр	8,40
2	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
3	Печень, тушеная в соусе с овощами п/ф	132,19	13,68	5,75	6,25	50/50	38,45
4	Рис припущенный	172,99	3,08	3,57	32,13	130	10,36
5	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
6	Мёд пчелиный /в инд. уп./ 10 гр	32,8	0,08		8,03	1шт/10гр	12,14
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	55,87	1,77	0,29	11,53	22	1,96
		604,07	23,42	13,85	94,34		107,70

Повар-бригадир *Зел*
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

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

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

МЕНЮ

на 9 - 13 Октября 2023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Каша рисовая с маком (с вареньем или джемом)	176,64	4,86	6,54	24,42	180/5	18,31
2	Варенье из яблок (для каши)	23,37	0,06	0,06	5,54	20	2,48
3	Какао напиток "Хрутка"	137,66	8,46	6,57	10,35	180	28,84
4	Блинчики с абрикосовой начинкой	225,68	3,2	6,78	39,22	1/80гр	28,93
5	Фрукт банан свежий	153,6	2,4	0,8	33,6	160	27,58
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	24,96	0,73	0,36	4,33	11	1,56
		741,91	19,71	21,11	117,46		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	50,49
3	Овощи тушеные (без картофеля)	67,13	3,2	1,4	9,88	180	16,65
4	Напиток из изюма	46,98	0,19	0,19	10,92	200	6,57
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 "Рябинушка" пшеничный витамин.	74,4	2,36	0,38	15,35	30	2,61
		569,91	18,9	23,32	71,29		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Поджарка из свинины /лук п/ф/	252,44	15,2	18,55	5,14	60/30	52,99
3	Картофельные шарики запеченные п/ф	232,28	4,6	7,09	63,48	150	17,93
4	Чай гречишный	0,01				200	0,74
5	Батон нарезной йодированный	95,43	2,67	0,94	18,67	35	4,06
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		654,36	24,67	27,56	102,04		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	43,10
2	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	167,28	4,98	6,19	22,89	140	12,07
3	Напиток тёплый из брусники	43,42	0,18	0,13	10,03	200/8	12,93
4	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком 55 гр	86,9	1,98	3,41	11,39	55	29,05
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	39,3	1,13	0,28	7,48	16	1,71
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44,4	1,41	0,2	9,28	20	1,89
		599,98	21,14	22,87	75,55		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Сыр плавленый порционный "Дружба"	40,63	1,46	3,25	1,46	16/1	8,96
3	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
4	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
5	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	68,42	2,17	0,35	14,12	27	2,40
		466,63	17,06	11,79	74,88		107,70

Повар-бригадир

Зел
(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.
(подпись)

Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 9 - 10 Октября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)	132,37	6,41	6,59	11,52	23/20	18,85
2	Запеканка из творога*	294,17	21,12	15,38	23,03	150	60,43
3	Молоко сгущенное с сахаром	64,2	1,36	1,7	11,2	20	6,85
4	Кофейный напиток с молоком	82,44	3,09	2,52	11,68	200	11,53
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,93
		620,18	33,36	26,87	65,59		100,59
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью п/ф	147,92	6,63	9,2	9,42	250/15/10/1	36,06
3	Говядина с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	74,79	2,2	0,38	15,38	40/160	67,74
4	Напиток из свежих яблок и смородины	43,52	0,13	0,1	10,31	200	6,07
5	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,44	0,44	10,78	110	12,16
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	74,64	2,18	0,98	12,02	23	2,91
		448,37	13,52	11,86	67,59		145,51
		1 068,55	46,88	38,73	133,18	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)	114,77	1,87	0,69	25,84	235/20 Дж	9,34
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	246,6	7,08	7,3	37,93	200/5	21,32
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	20,32
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
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	1,59
		776,27	19,26	14,23	142,57		89,94
Обед							
1	Салат "Витаминный" из свежей капусты с яблоками и морковью	51,08	0,9	2,49	6,07	80	6,60
2	Суп картофельный с макаронами и говядиной ов. п/ф	148,96	7,45	8,32	11,04	200/20	41,54
3	Горбуша запеченная с сыром	233,63	26,78	12,27	3,89	100	89,91
4	Рис припущенный	199,6	3,55	4,13	37,07	150	11,95
5	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200	2,75
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витамин.	51,6	1,64	0,27	10,65	20	1,80
		783,93	42,4	27,74	90,66		156,16
		1 560,2	61,66	41,97	233,23	Итого за день	246,10

Повар-бригадир *Зил*
 (подпись)

Экономист по ценам *Богомолова Е.Н.*

Мед. работник _____
 (подпись)

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



Администрация Комбинат школьного питания
Центральный
Л.Н. Масел



Согласовано:

Директор
(подпись)

МЕНЮ

на 11 - 12 Октября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон в/с) Сырбогатов	198,57	6,51	13,84	11,66	23/10/20	28,05
2	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоком) с маслом	278,65	8,25	9,49	39,66	200/7	26,33
3	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200/8	5,18
4	Фрукт киви свежее	44,65	0,76	0,38	7,7	95	19,76
Обед		582,93	16,35	23,76	73,17		79,32
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,52
2	Уха по-ростовски с зеленью (горбуша овощи п/ф)	182,39	14,27	8,18	12,74	200/50/1	64,56
3	Макаронны в сливочном соусе с курицей стиле Альфредо п/ф	129,06	9,48	8,7	3,17	110/40/30	52,51
4	Сок яблоко абрикос с мякотью для детей "Мой" 1 л	73,01	2,04	0,72	14,28	200	22,01
5	Батон нарезной йодированный	48,6	1,48	0,46	9,5	27	3,11
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	447,06	27,99	18,18	41,97	20	2,07
		1 029,99	44,34	41,94	115,14		166,78
Итого за день							246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	125,67	1,87	7,94	11,66	236/10м	13,42
2	Омлет запеченный натуральный	216,25	15,4	15,87	2,96	150	38,00
3	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
4	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
Обед		541,52	22,27	27,1	51,25		93,06
1	Помидоры свежие с маслом растительным с зеленью	63,6	0,89	5,11	3,12	80/5/0,5з	28,61
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	203,9	11,92	14,56	10,78	90/5	47,70
4	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	179,23	5,34	6,63	24,53	150	12,94
5	Напиток из брусники и клубники	42,8	0,19	0,11	9,95	200/8	10,95
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	45,04	1,3	0,32	8,58	19	1,96
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,87
		823,73	31,11	36,43	95,91		153,04
Итого за день							246,10

Повар-бригадир ЗМ
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Экономист по ценам Богомолова Е.Н.
(подпись)

Экономист по ценам Грицюк О.М.
(подпись)

МЕНЮ

на 13 Октября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
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	210,7	6,33	7,39	29,49	200/5	20,89
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
		605,12	18,83	20,55	86,06		87,12
Обед							
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	200,5	8,58	10,67	17,36	250/20/10	51,35
3	Котлета из мяса птицы с маслом сливоч. п/ф	148,51	11,64	7,5	13,34	90/5	47,36
4	Овощное рагу п/ф	140,74	2,91	5,54	19,62	150	21,02
5	Кисель из смородины	58,57	0,26	0,1	13,72	200	14,58
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	35,98	1,19	0,2	7,38	18	1,52
8	Хлеб "Рябинushка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		745,64	27,61	28,67	97,52		158,98
		1 350,76	46,44	49,22	183,58	Итого за день	246,10

Повар-бригадир

Зуб
(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

(подпись)