

Утверждаю:
Администрация Комбинат школьного питания
Центральный
И.Н. *Маслов*

Согласовано:
Директор
Школа № 33 города Тюмени
Подпись: *Грицук*

МЕНЮ

на 20 - 24 Декабря 2 021 г. 1-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (батон нар.в/с)*	169,33	4,76	11,48	11,7	236/10м/12с	18,96
2	Чахохбили "По-школьному" из индейки	171,56	13,95	10,92	4,2	50/50	47,13
3	Макаронные изделия отварные (Ла Хруста)	216,83	5,62	4,4	38,36	150	8,44
4	Чай с шиповником	62,73	0,27	0,11	13,85	200/10	4,40
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38,37	1,27	0,21	7,87	19,2	1,07
		658,82	25,87	27,12	75,98		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Салат из свежей капусты с морковью с маслом	63,4	1,09	3,56	6,58	70	2,56
2	Гуляш из свинины п/ф	226,3	12,38	17,86	3,15	50/50	52,25
3	Пюре картофельное	146,07	3,28	4,91	22,09	150	9,91
4	Напиток тёплый бруснично-смородиновый	59,25	0,21	0,11	13,91	200/12	12,73
5	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
6	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	35,86	1,18	0,2	7,35	17,9	1,01
		582,08	19,77	27,14	62,42		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)**	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	7,20
2	Омлет запеченный натуральный с маслом	332,42	18,99	26,9	3,57	180/5	54,00
3	Чай с сахаром и молоком	66,51	1,4	1,25	12,33	200/10	5,71
4	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,45	0,44	10,78	110	11,44
5	Хлеб рж-пш "Столичный" н	51,23	1,62	0,28	10,57	23,1	1,65
		616,63	24,33	29,56	63,09		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)*	132,17	6,59	6,59	11,58	23/20	15,00
2	Люля-кебаб из куриного филе с маслом сливочным	175,06	14,38	12,84	7,62	90/4	44,90
3	Рагу овощное вр.	135,64	2,84	5,51	18,48	150	11,87
4	Чайный микс из вишни, клубники и апельсинов	56,96	0,14	0,08	13,69	200	6,77
5	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,16	1,29	0,22	8,25	19,9	1,46
		539,99	25,24	25,24	59,62		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Винегрет овощной	83,28	0,89	6,61	4,93	65	8,14
2	Тефтели из говядины /хлеб/	238	11,2	16,35	11,41	80	46,26
3	Соус сметанный с томатом	43,07	0,75	3,23	6,1	50	6,65
4	Гречка отварная с овощами	184,22	5,88	5,79	27,09	180	12,18
5	Чайный коктейль из ягод и фруктов	56,16	0,1	0,07	13,6	200	4,74
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	44,98	1,43	0,23	9,28	17,9	0,97
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		687,71	21,5	32,49	80,2		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицук О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Шукешева С.В.



Утверждаю:

Акт утверждения Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н.



Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 20 - 24 Декабря 2 021 г. 2-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/	154,38	5,92	9,33	11,64	23/5/17	17,63
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	248,8	6,86	11,78	28,99	200/10	21,91
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,96
4	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,45	0,44	10,78	110	11,44
5	Шоколад "Детский сувенир" с начинкой	114	1,5	2,4	11,5	20	14,31
6	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	26,9	0,89	0,15	5,51	13,4	0,75
		696,88	19,14	27,05	83,4		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (хл. пш. "Здоровье" н)*	117,4	1,73	7,75	9,48	20/10	11,07
2	Запеканка из творога "Зебра" *	345,55	22,48	13,54	33,52	160	58,44
3	Молоко сгущенное с сахаром	66	1,36	1,7	11,2	20	8,24
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	23,31	0,77	0,13	4,78	11,7	0,65
		592,27	26,34	23,12	68,96		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Салат из свеклы с соевым огурцом с маслом	61,58	0,66	5,06	3,22	60	5,62
2	Биточки мясные с маслом сливочным/филе инд. говядина/	237,87	15,26	16,63	11,04	80/5	57,96
3	Капуста тушеная	38,03	1,21	1,34	5,09	50	4,08
4	Пюре картофельное	97,38	2,19	3,27	14,73	100	6,61
5	Чай с сахаром и лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/12/7	3,29
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
7	Хлеб рж-пш "Столичный" н	47,5	1,5	0,26	9,8	21,4	1,52
		575,59	22,24	26,79	64,91		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным /батон в/с*	125,77	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	11,15
2	Минтай, запеченный с сыром	242	24,68	10,13	4,16	100	41,12
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ м.р	222,05	3,63	7,5	35,21	150	7,08
4	Клубнично-вишневый чай	57,32	0,1	0,12	13,79	200/10/10	7,36
5	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,45	0,44	10,78	110	11,44
6	Хлеб рж-пш "Российский" н	51,24	1,65	0,28	10,53	25,4	1,85
		750,08	32,38	26,41	86,13		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	270,02	7,52	10,29	36,47	200/10	21,49
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,12
3	Бискотти шоколадные (Пекарский цех) 70 гр*	368,6	5,67	20,71	39,31	70	20,25
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	26,43	0,84	0,14	5,45	10,5	0,56
		863,8	21,11	36,79	110,93		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Шукешева С.В.

Утверждаю:
Административное общество Комбинат школьного питания
Центральный
И.Н. *И.Н.*

Согласовано:



МЕНЮ

на 20 - 21 Декабря 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	165,26	6,64	10,21	11,65	23/5/20	19,58
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	248,8	6,86	11,78	28,99	200/10	21,91
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,96
4	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	20	0,66	0,11	4,1	10	0,56
		535,16	17,68	25,05	59,72		56,01
Обед							
1	Салат из свеклы с сыром (свекла, сыр, масло растит.)	80,21	2,9	5,7	4,34	60	7,39
2	Суп картофельный с макаронами (Ла Хруста) с филе индейки	141,29	6,97	4,96	17,06	200/20	21,54
3	Печень "По-строгановски"	148,56	14,34	7,14	8,85	45/45	41,08
4	Кус-кус с овощами/лук, морковь/ м.р.	204,03	4,13	8,81	26,35	150	17,93
5	Компот из вишни	61	0,05	0,2	14,63	200/12	9,31
6	Фрукт груша свежая	83,43	0,79	0,6	21,65	198,7	34,86
7	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,88	1,36	0,22	8,85	17	0,92
8	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	20	0,66	0,11	4,1	10	0,56
		781,4	31,2	27,74	105,83		133,59
		1 316,56	48,88	52,79	165,55	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (хл. пш. "Здоровье" н)*	117,4	1,73	7,75	9,48	20/10	11,07
2	Запеканка из творога "Зебра" *	345,55	22,48	13,54	33,52	160	58,44
3	Соус клубничный 20 гр	33,24	0,1	0,05	7,98	20	3,29
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	20,4	0,67	0,11	4,18	10,2	0,57
		556,6	24,98	21,45	65,14		74,97
Обед							
1	Салат из соленых огурцов с луком репч. с маслом*	36,98	0,51	3,06	1,56	60	15,85
2	Борщ Сибирский со сметаной	76,39	1,54	3,76	10,33	200/5	10,70
3	Плов из говядины	446,51	16,12	23,49	42,98	40/160	64,56
4	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	9,47
5	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,45	0,44	10,78	110	11,44
6	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,07
		797,75	21,71	31,54	106,25		114,63
		1 354,35	46,69	52,99	171,39	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)

Утверждаю:
 Администрация Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Масал*

Согласовано:



МЕНЮ

на 22 - 23 Декабря 2021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)*	114,77	1,87	0,69	26,84	236/20 дж	7,20
2	Омлет запеченный натуральный с маслом	315,78	17,94	25,6	3,37	170/5	51,26
3	Чай с сахаром и молоком	66,51	1,4	1,25	12,33	200/10	5,71
4	Фрукт банан свежий	220,8	3,45	1,15	49,45	230	24,40
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	35,3	1,16	0,19	7,24	17,65	0,98
		753,16	25,82	28,88	98,23		89,55
Обед							
1	Салат "Фабричный" (морковь отв., лук репч., горошек зел. конс., яйцо, масло растит.)	88,35	2,19	7,43	3,08	60	6,87
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками и сыром	183,81	4,86	13,31	10,89	250	28,79
3	Котлета "Лада" /из горбуши/ с маслом	167,81	12,47	12,54	6,28	60/5	43,00
4	Картофель запеченный /из отварного/	202,9	4,1	6,03	32,96	180	11,47
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	7,93
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,07
		820,51	26,91	40,02	89,48		100,05
		1 573,67	52,73	68,9	187,71	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным /батон в/с*	125,77	1,87	7,94	11,66	23 6/10 м	11,15
2	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом	212,86	6,21	6,67	31,44	200/5	15,12
3	Клубнично-вишневый чай	57,32	0,1	0,12	13,79	200/10/10	7,36
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
		537,6	13,57	18,08	79,32		62,67
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным	67,98	0,94	6,06	2,09	60	4,49
2	Рассольник Ленинградский со сметаной	122,13	2,48	4,77	18,55	250/5	13,29
3	Филе индейки, запеченное с овощами и сыром	247,11	18,1	18,35	6,15	60/30	61,36
4	Макаронные изделия отварные (Ла Хруста)	216,83	5,62	4,4	38,36	150	8,44
5	Компот грушевый с клюквой	64,9	0,17	0,11	15,44	200/12	12,51
6	Фрукт банан свежий	220,8	3,45	1,15	49,45	230	24,40
7	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	45,36	1,44	0,23	9,36	18	0,98
8	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
		1 025,51	33,5	35,29	147,7		126,93
		1 563,11	47,07	53,37	227,02	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)