



Утверждаю:

Актинское общество Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н.

Марал

Согласовано:



Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 22 - 26 Ноября 2 021 г. 1-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	150,75	5,68	9,03	11,64	23/5/16	16,98
2	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	247,81	5,21	10,2	33,88	200/10	21,44
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,96
4	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,49	0,48	11,76	120	12,48
5	Батончик "Виталад" мюсли 40 гр	150	2,5	4,5	26	1 шт/40 гр	14,30
6	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	29,25	0,84	0,21	5,57	12,2	0,84
		735,31	18,24	27,37	103,83		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Салат из свежей капусты с морковью с маслом	72,46	1,24	4,07	7,51	80	2,93
2	Гуляш из свинины п/ф	219,63	11,92	17,34	3,15	45/50	50,52
3	Пюре картофельное	175,28	3,94	5,89	26,51	180	11,89
4	Напиток "Тюменский туесок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	12,11
5	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
6	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	36,22	1,2	0,2	7,43	18,2	1,01
		612,39	20,1	28,09	67,47		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	325,8	18,98	26,17	3,55	180/4	53,09
3	Чай с сахаром и молоком	66,51	1,4	1,25	12,33	200/10	5,71
4	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,49	0,48	11,76	120	12,48
5	Хлеб рж-пш "Столичный" н	47,5	1,5	0,26	9,8	21,4	1,52
		610,98	24,24	28,85	63,28		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)*	114,02	5,39	5,12	11,57	23/15	11,75
2	Люля-кебаб из индейки с маслом сл.(хл.рябинушка)	217,06	13,68	14,26	8,47	90/5	47,71
3	Рагу овощное*	159,51	3,3	6,28	22,24	170	12,01
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	48,75	1,57	0,27	10,02	24,1	1,76
		596,3	24,08	26,01	65,99		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Винегрет овощной	89,69	0,96	7,12	5,31	70	8,77
2	Котлета рубленая / говядина, свинина/	221,09	12,58	15,49	13,9	80	47,59
3	Соус сметанный с томатом	25,84	0,45	1,94	3,66	30	3,99
4	Гречка отварная с овощами	184,22	5,88	5,79	27,09	180	12,18
5	Чайный коктейль из ягод и фруктов	56,15	0,1	0,07	13,6	200	4,55
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	55,9	1,83	0,36	12,45	27,7	1,86
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		670,89	23,05	30,98	83,8		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)

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

Согласовано:
 Директор
 (подпись) *Грицок*

МЕНЮ

на 22 - 26 Ноября 2 021 г. 2-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом и сыром /на батоне пш./*	162,07	4,28	10,89	11,69	23/10/10	17,66
2	Чахохбили "По-школьному" из индейки	171,56	13,95	10,92	4,2	50/50	47,13
3	Макаронные изделия отварные (Ла Хруста)	231,28	6	4,69	40,92	160	9,01
4	Чай с шиповником	62,73	0,27	0,11	13,85	200/10	4,40
5	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	63,02	1,82	0,45	12	26,3	1,80
		690,66	26,32	27,06	82,66		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" *	367,15	23,89	14,39	35,61	170	62,09
3	Соус брусничный	19,35	0,04	0,03	4,62	20	4,17
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	38,37	1,27	0,21	7,87	19,2	1,07
		582,28	26,93	22,38	67,56		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	47,32	1,49	0,26	9,76	21,4	1,52
		575,41	22,23	26,79	64,87		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным /батон пш /*	123,97	1,89	6,89	13,48	236/10м	11,53
2	Минтай, запеченный в омлете	206,19	19,61	9,99	2,85	70/30	33,27
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ м.р	266,46	4,36	9	42,25	180	8,49
4	Клубнично-вишневый чай	57,32	0,1	0,12	13,79	200/10/10	7,36
5	Фрукт виноград свежий	79,2	0,66	0,66	16,94	110	17,88
6	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,47
		773,54	27,92	26,88	97,61		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	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
4	Крендель "Сахарный" (Пекарский цех) м.сл.	306,89	4,63	12,54	43,21	65	19,54
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	38,47	1,26	0,25	8,57	19	1,27
		814,13	20,49	28,73	117,95		80,00

Повар-бригадир *с.у.*

(подпись)

Экономист по ценам *Грицок*

Грицок О.М.

(подпись)

Мед. работник *Шукешева*

(подпись)

Технолог *Шукешева*

Шукешева С.В.

(подпись)

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

Согласовано:
Директор
(подпись) Андреев

МЕНЮ

на 22 - 23 Ноября 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	В	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 рисовая (жидкая) с маслом	234,57	5,19	8,75	33,86	200/8	19,61
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,96
4	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	48,04	1,39	0,34	9,15	20,1	1,38
		548,97	16,74	22,25	69,64		54,53
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					200	35,10
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	40,4	1,32	0,26	9	20	1,34
8	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	47,8	1,38	0,34	9,1	20	1,38
		723,29	31,09	27,41	89,33		135,07
		1 272,26	47,83	49,66	158,97	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" *	367,15	23,89	14,39	35,61	170	62,09
3	Соус брусничный	19,35	0,04	0,03	4,62	20	4,17
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	21,22	0,7	0,12	4,35	10,6	0,60
		565,13	26,36	22,29	64,04		79,53
Обед							
1	Огурцы соленные /порционно/	4,55	0,28	0,04	0,6	35	10,76
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	56,4	0,49	0,48	11,76	120	12,48
6	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	19,96	0,66	0,11	4,09	10	0,56
		751,98	20,93	28,46	102,57		110,07
		1 317,11	47,29	50,75	166,61	Итого за день	189,60

Повар-бригадир Андреев
(подпись)

Экономист по ценам Богомолова Е.Н.
(подпись)

Мед. работник Шукешева С.В.
(подпись)

Технолог Шукешева С.В.
(подпись)

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

Согласовано:
Директор
(подпись) *Богомолова Е.Н.*

МЕНЮ

на 24 - 25 ноября 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	В	Б	Ж	Выход	Цена
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	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 "Столичный" н	43,85	1,38	0,24	9,05	19,7	1,41
		761,71	26,04	28,93	100,04		89,98
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/	180,35	3,65	5,36	29,3	160	10,20
5	Напиток из шиповника	116,8	0,68	0,28	24,63	200/15	8,40
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,96	1,36	0,22	8,86	17	0,93
7	Хлеб рж-пш "Столичный" н	44,45	1,4	0,24	9,17	20	1,43
		824,53	26,61	39,38	92,21		99,62
		1 586,24	52,65	68,31	192,25	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 *С.В. Шукешева*
(подпись)

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

Мед. работник *С.В. Шукешева*
(подпись)

Технолог *Шукешева С.В.*
(подпись)

Утверждаю:
 Акционерное общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 1.Н. *Маслов*

Согласовано:
 Директор
 (подпись) *Мухоморова Е.Н.*

МЕНЮ

на 26 - 27 ноября 2021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом с маслом (батон пш н)**	180,97	1,97	7,94	25,98	23/20/10	16,37
2	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	270,02	7,52	10,29	36,47	200/10	21,49
3	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
4	Фрукт киви свежее	56,4	0,96	0,48	9,72	120	20,28
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		585,4	11,7	18,92	89,94		60,80
Обед							
1	Салат "Нежный" (морковь, огурцы сол., лук репч., яйцо, масло растит.)	84,4	2	7,42	2,25	60	9,64
2	Суп из овощей с зеленым горошком, индейкой и сметаной	129,99	6,7	6,35	12,76	250/20/5	25,80
3	Азу из говядины	370,82	18,74	24,34	19,06	55/150	83,40
4	Компот из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	7,60
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	39,29	1,28	0,25	8,75	19,45	1,31
6	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		748,9	31,01	38,63	70,79		128,80
		1 334,3	42,71	57,55	160,73	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками) с маслом	297,36	8,16	11,67	39,58	200/10	28,63
2	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,12
3	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
4	Печенье "Ажурное" в инд. уп. /Абсолют/ 50гр	235,5	4,2	8,7	35,1	1шт/50гр	8,58
5	Хлеб рж-пш "Российский" н	34,9	1,12	0,19	7,17	17,3	1,25
		845,26	24,47	33,08	110,42		82,82
Обед							
1	Икра кабачковая /промышленного производства/	46,8	0,72	2,82	4,62	60	9,70
2	Суп картофельный с горохом, гренками*	162,99	6,26	3,59	26,9	200/10	7,17
3	Биточки из говядины*	244,73	15,02	16,76	15,64	90	59,52
4	Гречка отварная	264,99	9,38	6,5	42,33	160	14,64
5	Напиток бруснично-смородиновый	59,3	0,21	0,12	13,94	200/12	13,37
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
7	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
		862,05	34,25	30,23	120,57		106,78
		1 707,31	58,72	63,31	230,99	Итого за день	189,60

Повар-бригадир *с.п.*
 (подпись)

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

Мед. работник *Шукушева С.В.*
 (подпись)

Технолог *Шукушева С.В.*
 (подпись)