

Утверждаю:
А.И. Герасов
Центральный
Комбинат школьного питания
г. Тюмень

Согласовано:
Директор
(подпись)
г. Тюмень

МЕНЮ

на 24 - 28 Января 2 022 г. 2-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с*)	125,77	1,87	7,94	11,66	23 6/10 м	11,15
2	Плов из куриного филе	331,56	15,52	13,66	36,87	57/150	53,80
3	Чайный Дюшес	47,06	0,06	0,05	11,53	200	5,05
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,41	0,4	9,8	100	8,71
5	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	46,62	1,54	0,26	9,56	23,3	1,29
		598,01	19,4	22,31	79,42		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом, джемом (батон в/с*)	180,97	1,97	7,94	25,98	236/10м/20	17,08
2	Каша молочная пшеничная с маслом	243,54	7,48	7,39	36,41	200/6	17,10
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,05
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Пряник песочный (Пекарский цех) 50 гр	274,47	2,93	14,56	32,46	50	7,26
6	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	33,71	1,11	0,19	6,91	16,9	0,93
		931,44	20,57	35,73	131,46		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Огурцы соленные порционно	7,8	0,48	0,06	1,02	60	17,78
2	Печень "По-строгановски"	145,15	12,92	7,4	9,25	40/50	34,47
3	Рагу овощное*	140,74	2,91	5,54	19,62	150	21,16
4	Чай с шиповником	62,73	0,27	0,11	13,85	200/10	4,05
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	65,85	2,09	0,34	13,59	26,2	1,42
6	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,12
		462,27	19,99	13,67	65,53		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным	90,64	1,25	8,08	2,78	80	11,31
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой	313,32	13,63	18,49	22,22	45/150	50,11
3	Напиток тёплый грушевый	59,75	0,1	0,08	14,55	200/12	7,78
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,41	0,4	9,8	100	8,71
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,77	1,52	0,25	9,86	19	1,03
6	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		596,48	18,16	27,51	67		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с*)	123,97	1,89	6,89	13,48	236/10м	11,53
2	Горбуша, запеченная с сыром	239,77	25,29	12,86	4,16	100	47,75
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ м.р	236,85	3,87	8	37,55	160	9,48
4	Напиток из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,94
5	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	46,26	1,53	0,25	9,48	23,1	1,30
		733,25	33,62	28,06	84,85		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Технолог

(подпись)

Шухешева С.В.



Утверждаю:

Администрация «Комбинат школьного питания»

Центральный
пункт питания
г. Тюмень

И.Н.

Согласовано:



Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 24 - 28 Января 2022 г. 1-Комплекс 80 завтраков

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом и сыром (батон в/с)*	180,22	5,49	12,37	11,71	236/10м/15	22,16
2	Каша молочная геркулесовая с маслом	242,18	6,85	11,05	28,98	200/9	20,71
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами...	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,09
4	Печенье "Ажурное" в инд. уп. /Абсолют/ 50гр	235,5	4,2	8,7	35,1	1шт/50гр	8,58
5	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	32,63	1,08	0,18	6,69	16,3	0,91
6	Фрукт мандарин	26,6	0,56	0,14	5,25	70	14,55
		818,23	21,7	35,39	102,71		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Салат из свежей капусты с морковью с маслом растительным	72,46	1,24	4,07	7,51	80	7,73
2	Гуляш из свинины п/ф	243,32	13,57	19,2	3,15	55/50	43,42
3	Пюре картофельное	175,28	3,94	5,89	26,51	180	24,01
4	Чай с сахаром и лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/12/7	3,02
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
6	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	31,92	1,05	0,18	6,54	16	0,90
		616,21	21,22	29,57	64,74		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)*	114,02	5,39	5,12	11,57	23/15	12,98
2	Люля-кебаб из филе куриного с маслом (хл.р)	184,5	12,46	11,48	14,92	90/3	42,20
3	Гречка вязкая отварная с морковью мр*	142,49	4,27	5,2	19,59	150	11,99
4	Напиток из брусники и клубники	58,88	0,19	0,11	13,94	200/12	11,65
5	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	42,32	1,4	0,23	8,67	21,2	1,18
		542,21	23,71	22,14	68,69		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" *	100,51	1,12	6,38	9,16	80	14,02
2	Филе куриное "По-школьному"	171,51	12,43	11,61	6,94	55/50	49,60
3	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	9,05
4	Чайный коктейль из апельсина, винограда и яблок	58,26	0,14	0,07	14,05	200	5,24
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,77	1,52	0,25	9,86	19	1,03
6	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		632,88	22,08	22,92	86,16		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат из свеклы с маслом растительным	71,91	1,28	4,08	7,53	80	9,32
2	Азу из говядины	301,93	12,86	19,28	19,06	35/150	60,58
3	Напиток тёплый из клубники	58,25	0,2	0,1	13,85	200/12	8,35
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
5	Хлеб рж-пш витаминиз. "Дарницкий"	30,12	0,99	0,17	6,18	15,1	0,83
		505,05	16,69	23,85	55,46		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

Технолог

(подпись)

Шукешева С.В.

Утверждаю:
 Администрация муниципального образования
 «Комбинат школьного питания
 Центральный»
 И.Н. *Масал*

Согласовано:
 Директор
 (подпись) *Мур*

МЕНЮ

на 24 - 25 Января 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом и сыром (батон пш н)*	162,08	4,28	10,89	11,69	23/10/10	18,49
2	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	215,7	6,81	8,15	28,92	200/5	17,04
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,09
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,41	0,4	9,8	100	8,71
5	Шоколад "Детский сувенир" с начинкой	114	1,5	2,4	11,5	20	13,34
		639,88	16,52	24,79	76,89		70,67
Обед							
1	Салат из соленых огурцов с луком репч. с маслом*	36,98	0,51	3,06	1,56	60	15,42
2	Борщ Сибирский со сметаной	93,49	1,89	4,52	12,53	250/5	18,84
3	Биточки из говядины*	244,73	15,02	16,76	15,64	90	55,79
4	Гречка отварная	248,43	8,79	6,1	39,69	150	15,83
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	11,04
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	44,6	1,42	0,23	9,2	17,7	0,96
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		801,23	28,88	30,88	109,91		118,93
		1 441,11	45,4	55,67	186,8	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным /батон пш /*	123,97	1,89	6,89	13,48	235/10м	11,53
2	Запеканка из творога*	349,55	21,63	16,87	32,35	165	59,66
3	Соус клубничный	33,42	0,14	0,07	7,87	30	5,69
4	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,05
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,07
		642,44	27,9	26,56	77,06		88,00
Обед							
1	Икра кабачковая /промышленного производства/	46,8	0,72	2,82	4,62	60	7,76
2	Суп картофельный с горохом, гречками*	162,99	6,26	3,59	26,9	200/10	11,80
3	Бедро куриное запеченное	254,84	16,29	20,66		100	38,68
4	Кус-кус с овощами/лук, морковь/ м.р.	204,03	4,13	8,81	26,35	150	19,09
5	Напиток вишневый	61	0,05	0,2	14,63	200/12	10,25
6	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	11,83
7	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	52,4	1,66	0,27	10,81	20,8	1,13
8	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		846,66	30,92	36,7	96,35		101,60
		1 489,1	58,82	63,26	173,41	Итого за день	189,60

Повар-бригадир *Сур*
 (подпись)

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

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

Технолог *Шукешева С.В.*
 (подпись)

Утверждаю:
 Администрация муниципального образования
 «Комбинат школьного питания
 Центральный»
 И.Н. *Маслов*

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

МЕНЮ

на 26 - 27 Января 2 022 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	25,84	236/20 дж	7,91
2	Омлет запеченный натуральный с маслом	282,53	15,84	23,02	2,98	150/5	47,96
3	Чай с сахаром и молоком	66,51	1,4	1,25	12,33	200/10	5,45
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
		565,06	23,2	28,09	55,28		88,90
Обед							
1	Салат из пекин. капусты с огурцом и кукурузой	80,15	1,44	6,16	4,5	70	14,09
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками и сыром	147,05	3,89	10,64	8,71	200	27,28
3	Котлета "Лада" /из горбуши/ с маслом	167,81	12,47	12,54	6,28	60/5	27,23
4	Картофель запеченный /из отварного/	169,08	3,42	5,02	27,47	150	22,80
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	7,68
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	24,6	0,81	0,14	5,04	12,4	0,70
		728,33	24,07	35	80,48		100,70
		1 293,39	47,27	63,09	135,76	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	15,79
3	Клубнично-вишневый чай	57,32	0,1	0,12	13,79	200/10/10	8,31
4	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	33,4	1,1	0,18	6,85	16,7	0,93
		429,35	9,28	14,91	63,74		36,18
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком репчатым, маслом растительным	67,98	0,94	6,06	2,09	60	8,48
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной отварной, сметаной	165,25	5,62	8,09	20,1	250/10/10	34,14
3	Биточек из индейки*	231,25	15,66	14,95	15,62	90	53,78
4	Соус сметанный с томатом	25,84	0,45	1,94	3,66	30	3,72
5	Гречка отварная с овощами (м.р.)	159,44	4,88	5,51	22,54	150	11,18
6	Компот грушевый с клюквой	64,9	0,17	0,11	15,44	200/12	14,20
7	Фрукт банан свежий	220,8	3,45	1,15	49,45	230	25,92
8	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
9	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,08
		1 016,3	33,78	38,24	145,53		153,42
		1 445,65	43,06	53,15	209,27	Итого за день	189,60

Повар-бригадир *Сиз*
 (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 28 - 29 Января 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	128,97	4,23	7,27	11,62	23/5/10	13,90
2	Каша пшенная молочная (жидкая) с маслом	247,32	7,47	7,47	37,4	200/5	16,31
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	12,79
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		695,39	24,47	27,9	84,79		78,29
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	10,78
2	Суп картофельный с макаронами, с курицей отварной*	214,26	9,64	9,95	21,38	250/20	28,45
3	Печень "По-строгановски"	148,56	14,34	7,14	8,85	45/45	37,56
4	Макаронные изделия отварные*	260,19	6,75	5,27	46,03	180	10,86
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,95
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,41	0,4	9,8	100	8,71
7	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	43,59	1,38	0,22	9	17,3	0,94
8	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		855,17	34,4	23,33	127,46		111,31
		1 550,56	58,87	51,23	212,25	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом и маслом сливочным (батон пш н)*	180,97	1,97	7,94	25,98	23/20/10	17,08
2	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	243,54	7,48	7,39	36,41	200/6	17,10
3	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,34
4	Фрукт банан свежий	220,8	3,45	1,15	49,45	230	25,92
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		723,32	14,15	16,69	129,61		62,50
Обед							
1	Салат "Нежный" (морковь, огурцы сол., лук репч., яйцо, масло растит.)	84,4	2	7,42	2,25	60	12,13
2	Суп из овощей с зеленым горошком, филе куриным, сметаной	119,25	5,72	5,62	12,71	250/20/5	30,15
3	Плов из говядины	461,19	18,78	25,17	40,22	50/150	72,76
4	Компот из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,94
5	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	49,62	1,58	0,26	10,24	19,7	1,07
6	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		838,86	30,37	38,74	93,39		127,10
		1 562,18	44,52	55,43	223	Итого за день	189,60

Повар-бригадир *Сиз*
 (подпись)

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

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

Технолог *Шукешева С.В.*
 (подпись)