

Утверждаю:  
 Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 г.Тюмень  
 И.Н. *И.Н. Мисакин*

Согласовано:



## МЕНЮ

на 28 Февраля - 4 Март 2 022 г. 2-Комплекс, 80 завтрак

| № п/п              | Наименование                                         | Ккал          | Б            | Ж            | У            | Выход      | Цена         |
|--------------------|------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| <b>Понедельник</b> |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| <b>Завтрак</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| 1                  | Бутерброд с маслом сливочным ( батон в/с)            | 125,77        | 1,87         | 7,94         | 11,66        | 23 6/10 м  | 11,15        |
| 2                  | Сырники из творога п/ф с соусом вишневым             | 263,7         | 21,16        | 7,53         | 28,41        | 110/20     | 57,59        |
| 3                  | Кофейный напиток с молоком                           | 97,5          | 2,99         | 2,52         | 15,57        | 200/10     | 10,05        |
| 4                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.            | 43,39         | 1,43         | 0,24         | 8,9          | 21,7       | 1,21         |
|                    |                                                      | <b>530,36</b> | <b>27,45</b> | <b>18,23</b> | <b>64,54</b> |            | <b>80,00</b> |
| <b>Вторник</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| <b>Завтрак</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| 1                  | Бутерброд с маслом с сыром (хл. пш. "Рябинушка" н)*  | 145,34        | 3,87         | 10,42        | 9,01         | 17х/10м/10 | 17,64        |
| 2                  | Омлет запеченный натуральный                         | 249,43        | 15,79        | 19,39        | 2,91         | 150        | 43,37        |
| 3                  | Какао с молоком                                      | 99,08         | 3,24         | 2,76         | 15,21        | 200/10     | 9,56         |
| 4                  | Фрукт яблоко свежее                                  | 47            | 0,41         | 0,4          | 9,8          | 100        | 8,71         |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.            | 25,8          | 0,85         | 0,14         | 5,29         | 12,9       | 0,72         |
|                    |                                                      | <b>566,65</b> | <b>24,16</b> | <b>33,11</b> | <b>42,22</b> |            | <b>80,00</b> |
| <b>Среда</b>       |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| <b>Завтрак</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| 1                  | Огурцы соленые порционно                             | 7,8           | 0,48         | 0,06         | 1,02         | 60         | 17,78        |
| 2                  | Жаркое "По-домашнему" со свиной                      | 324           | 13,82        | 18,93        | 23,7         | 45/160     | 52,30        |
| 3                  | Напиток тёплый грушевый                              | 59,75         | 0,1          | 0,08         | 14,55        | 200/12     | 7,76         |
| 4                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.            | 21,88         | 0,72         | 0,12         | 4,48         | 10,9       | 0,61         |
| 5                  | Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный                  | 51,2          | 1,63         | 0,5          | 9,34         | 20         | 1,55         |
|                    |                                                      | <b>464,63</b> | <b>16,75</b> | <b>19,69</b> | <b>53,09</b> |            | <b>80,00</b> |
| <b>Четверг</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| <b>Завтрак</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| 1                  | Бутерброд с маслом сливочным /хлеб пш. "Рябинушка"/* | 109,04        | 1,46         | 7,47         | 8,98         | 17х/10м    | 10,31        |
| 2                  | Котлета "Лакомка" из филе индейки                    | 89,69         | 11,7         | 4,63         | 5,04         | 60         | 42,28        |
| 3                  | Гречка отварная                                      | 248,43        | 8,79         | 6,1          | 39,69        | 150        | 15,83        |
| 4                  | Напиток "Вкус лета из ягод"                          | 59,5          | 0,15         | 0,14         | 14,15        | 200/12     | 10,13        |
| 5                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.            | 52,4          | 1,73         | 0,29         | 10,74        | 26,2       | 1,45         |
|                    |                                                      | <b>559,06</b> | <b>23,83</b> | <b>18,63</b> | <b>78,6</b>  |            | <b>80,00</b> |
| <b>Пятница</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| <b>Завтрак</b>     |                                                      |               |              |              |              |            |              |
| 1                  | Горошек консервированный                             | 16            | 1,24         | 0,08         | 2,6          | 40         | 7,69         |
| 2                  | Биточки мясные /филе куриное, говядина/              | 140,57        | 10,2         | 8,84         | 8,23         | 60         | 37,16        |
| 3                  | Соус сметанный с томатом                             | 25,84         | 0,45         | 1,94         | 3,66         | 30         | 3,72         |
| 4                  | Пюре картофельное                                    | 170,41        | 3,83         | 5,73         | 25,77        | 175        | 24,62        |
| 5                  | Клубнично-вишневый чай                               | 52,67         | 0,05         | 0,06         | 12,89        | 200/5/5    | 5,02         |
| 6                  | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.            | 30,84         | 1,02         | 0,17         | 6,32         | 15,4       | 0,86         |
| 7                  | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.                | 42,77         | 1,36         | 0,22         | 8,83         | 17         | 0,93         |
|                    |                                                      | <b>479,1</b>  | <b>18,15</b> | <b>17,04</b> | <b>68,3</b>  |            | <b>80,00</b> |

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Шукешева С.В.

# МЕНЮ

на 28 Февраля - 4 Март 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак

| № п/п       | Наименование                                                   | Ккал   | Б     | Ж     | У     | Выход      | Цена  |
|-------------|----------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|------------|-------|
| Понедельник |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| Завтрак     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| 1           | Огурцы соленые порционно                                       | 3,9    | 0,24  | 0,03  | 0,51  | 30         | 8,89  |
| 2           | Чахохбили "По-школьному" из индейки                            | 137,4  | 11,18 | 8,74  | 3,37  | 40/40      | 43,16 |
| 3           | Макаронные изделия отварные*                                   | 231,28 | 6     | 4,69  | 40,92 | 160        | 9,66  |
| 4           | Напиток тёплый из шиповника                                    | 96,8   | 0,68  | 0,28  | 19,64 | 200/10     | 7,68  |
| 5           | Фрукт яблоко свежее                                            | 47     | 0,41  | 0,4   | 9,8   | 100        | 8,71  |
| 6           | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.                      | 35,14  | 1,16  | 0,19  | 7,2   | 17,6       | 0,98  |
| 7           | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.                          | 42,84  | 1,36  | 0,22  | 8,84  | 17         | 0,92  |
|             |                                                                | 594,36 | 21,03 | 14,55 | 90,28 |            | 80,00 |
| Вторник     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| Завтрак     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| 1           | Салат из овощей (томаты св., капуста пек., масло растит.)      | 63,16  | 1,56  | 4,12  | 4,68  | 80         | 15,72 |
| 2           | Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины            | 172,22 | 9,48  | 11,89 | 11,38 | 60         | 29,95 |
| 3           | Картофель тушеный                                              | 165,99 | 3,57  | 4,82  | 26,86 | 165        | 25,72 |
| 4           | Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"                              | 58     | 0,13  |       | 14,1  | 200/12     | 6,49  |
| 5           | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.                      | 38     | 1,25  | 0,21  | 7,79  | 19         | 1,06  |
| 6           | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.                          | 48,69  | 1,55  | 0,25  | 10,05 | 19,3       | 1,06  |
|             |                                                                | 546,06 | 17,54 | 21,29 | 74,86 |            | 80,00 |
| Среда       |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| 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*                                          | 317,77 | 19,66 | 15,34 | 29,41 | 150        | 54,24 |
| 3           | Соус клубничный                                                | 22,28  | 0,09  | 0,05  | 5,25  | 20         | 3,80  |
| 4           | Кофейный напиток с молоком                                     | 97,5   | 2,99  | 2,52  | 15,57 | 200/10     | 10,05 |
| 5           | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.                      | 30,2   | 1     | 0,17  | 6,19  | 15,1       | 0,84  |
|             |                                                                | 585,15 | 25,47 | 25,83 | 65,9  |            | 80,00 |
| Четверг     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| Завтрак     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| 1           | Салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным | 57,58  | 0,96  | 5,05  | 1,6   | 60         | 9,88  |
| 2           | Азу из свинины "По-новому"                                     | 292,31 | 14,82 | 24,04 | 3,12  | 60/50      | 51,83 |
| 3           | Рис припущенный                                                | 228,81 | 4,1   | 4,76  | 42,82 | 165        | 10,87 |
| 4           | Чай с сахаром и молоком                                        | 66,51  | 1,4   | 1,25  | 12,33 | 200/10     | 5,45  |
| 5           | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.                      | 37,6   | 1,24  | 0,21  | 7,71  | 18,8       | 1,05  |
| 6           | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.                          | 42,84  | 1,36  | 0,22  | 8,84  | 17         | 0,92  |
|             |                                                                | 725,65 | 23,88 | 35,53 | 76,42 |            | 80,00 |
| Пятница     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| Завтрак     |                                                                |        |       |       |       |            |       |
| 1           | Бутерброд с маслом, джемом (батон в/с)*                        | 180,97 | 1,97  | 7,94  | 25,98 | 236/10м/20 | 17,08 |
| 2           | Омлет натуральный, запеченный с сыром                          | 288,8  | 18,49 | 22,7  | 2,63  | 145        | 52,16 |
| 3           | Чай с сахаром                                                  | 40,01  |       |       | 9,98  | 200/10     | 1,34  |
| 4           | Фрукт яблоко свежее                                            | 47     | 0,41  | 0,4   | 9,8   | 100        | 8,71  |
| 5           | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.                      | 25,4   | 0,84  | 0,14  | 5,21  | 12,7       | 0,71  |
|             |                                                                | 582,18 | 21,71 | 31,18 | 53,6  |            | 80,00 |

Повар-бригадир *Сиз*  
(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. *Масал*

Согласовано:  
Директор  
(подпись)

# МЕНЮ

на 2 - 3 Март 2 022 г. 1-Комплекс 189,66 завтрак + обед

| № п/п   | Наименование                                                                                 | Ккал     | Б     | Ж     | В      | Выход         | Цена   |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|--------|
| Среда   |                                                                                              |          |       |       |        |               |        |
| 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*                                                                        | 317,77   | 19,66 | 15,34 | 29,41  | 150           | 54,24  |
| 3       | Соус клубничный                                                                              | 22,28    | 0,09  | 0,05  | 5,25   | 20            | 3,80   |
| 4       | Кофейный напиток с молоком                                                                   | 97,5     | 2,99  | 2,52  | 15,57  | 200/10        | 10,05  |
| 5       | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.                                                  | 20       | 0,66  | 0,11  | 4,1    | 10            | 0,55   |
|         |                                                                                              | 574,95   | 25,13 | 25,77 | 63,81  |               | 79,71  |
| Обед    |                                                                                              |          |       |       |        |               |        |
| 1       | Огурцы свежие (порционно)                                                                    | 6,6      | 0,42  | 0,06  | 1,14   | 60            | 10,77  |
| 2       | Уха "Рыбачья" с горбушей /филе/м.раст.                                                       | 114,81   | 6,52  | 4,35  | 12     | 200/20        | 17,84  |
| 3       | Гуляш из говядины п/ф                                                                        | 193,88   | 12,3  | 14,66 | 3,15   | 40/50         | 52,04  |
| 4       | Каша перловая с овощами /лук, морковь/                                                       | 198,94   | 4,36  | 6,81  | 29,89  | 150           | 13,48  |
| 5       | Компот из смородины                                                                          | 59       | 0,25  | 0,1   | 13,8   | 200/12        | 13,43  |
| 6       | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.                                                  | 27,97    | 0,92  | 0,15  | 5,73   | 14            | 0,78   |
| 7       | Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный                                                          | 51,2     | 1,63  | 0,5   | 9,34   | 20            | 1,55   |
|         |                                                                                              | 652,4    | 26,4  | 26,63 | 75,05  |               | 109,89 |
|         |                                                                                              | 1 227,35 | 51,53 | 52,4  | 138,86 | Итого за день | 189,60 |
| Четверг |                                                                                              |          |       |       |        |               |        |
| Завтрак |                                                                                              |          |       |       |        |               |        |
| 1       | Бутерброд с сыром (батон в/с)*                                                               | 95,87    | 4,18  | 3,64  | 11,55  | 23/10         | 9,32   |
| 2       | Каша кукурузная молочная жидкая с маслом                                                     | 260,27   | 5,69  | 6,86  | 42,99  | 200/5         | 16,96  |
| 3       | Чай с сахаром и молоком                                                                      | 66,51    | 1,4   | 1,25  | 12,33  | 200/10        | 5,45   |
| 4       | Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.                                                        | 180      | 8     | 10    | 13     | 100           | 34,24  |
| 5       | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.                                                  | 38       | 1,25  | 0,21  | 7,79   | 19            | 1,05   |
|         |                                                                                              | 640,65   | 20,52 | 21,96 | 87,66  |               | 67,02  |
| Обед    |                                                                                              |          |       |       |        |               |        |
| 1       | Салат "Зимний" (картофель, морковь, горошек зел. конс., лук зелен., огурцы сол., масло раст) | 58,09    | 1,01  | 3,15  | 6,21   | 60            | 9,72   |
| 2       | Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной                                                | 90       | 1,78  | 4,54  | 13,13  | 200/10        | 15,47  |
| 3       | Сарделька "Аппетитная" из говядины с маслом                                                  | 276,58   | 14,82 | 22,25 | 4,23   | 80/5          | 66,34  |
| 4       | Пюре картофельное                                                                            | 160,68   | 3,61  | 5,4   | 24,3   | 165           | 23,22  |
| 5       | Компот из свежих яблок                                                                       | 66,8     | 0,16  | 0,16  | 15,9   | 200/12        | 5,61   |
| 6       | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.                                                  | 38       | 1,25  | 0,21  | 7,79   | 19            | 1,06   |
| 7       | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.                                                        | 53,79    | 1,71  | 0,28  | 11,1   | 21,3          | 1,16   |
|         |                                                                                              | 743,94   | 24,34 | 35,99 | 82,66  |               | 122,58 |
|         |                                                                                              | 1 384,59 | 44,86 | 57,95 | 170,32 | Итого за день | 189,60 |

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)

Утверждаю:  
А.И. Черноев  
Комбинат школьного питания  
Центральный  
И.Н. *Масал*

Директор

119,60 завтрак + обед

Б Ж У

(подпись)

на 4 Март 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

| № п/п   | Наименование                                                   | Ккал            | Б            | Ж            | Угле          | Выход                | Цена          |
|---------|----------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|---------------|
| Пятница |                                                                |                 |              |              |               |                      |               |
|         | <b>Завтрак</b>                                                 |                 |              |              |               |                      |               |
| 1       | Бутерброд с джемом и маслом сливочным (батон пш н)*            | 180,97          | 1,97         | 7,94         | 25,98         | 23/20/10             | 17,08         |
| 2       | Омлет натуральный, запеченный с сыром                          | 298,76          | 19,13        | 23,48        | 2,72          | 150                  | 53,95         |
| 3       | Чай с сахаром                                                  | 40,01           |              |              | 9,98          | 200/10               | 1,34          |
| 4       | Фрукт мандарин свежий                                          | 30,4            | 0,64         | 0,16         | 6             | 80                   | 13,52         |
| 5       | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.                    | 38              | 1,25         | 0,21         | 7,79          | 19                   | 1,07          |
|         |                                                                | <b>588,14</b>   | <b>22,99</b> | <b>31,79</b> | <b>52,47</b>  |                      | <b>86,96</b>  |
|         | <b>Обед</b>                                                    |                 |              |              |               |                      |               |
| 1       | Салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным | 57,58           | 0,96         | 5,05         | 1,6           | 60                   | 9,88          |
| 2       | Суп из овощей с зеленым горошком, говядиной, сметаной          | 138,94          | 6,31         | 8,48         | 12,03         | 200/15/10            | 33,97         |
| 3       | Горбуша запеченная                                             | 169,62          | 19,48        | 8,13         | 3,31          | 80                   | 34,62         |
| 4       | Рис припущенный с овощами /лук, моркови/                       | 191,84          | 3,68         | 4,09         | 35,27         | 150                  | 11,95         |
| 5       | Компот из кураги                                               | 86,4            | 1,04         | 0,06         | 20,18         | 200/10               | 9,94          |
| 6       | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.                    | 38              | 1,25         | 0,21         | 7,79          | 19                   | 1,06          |
| 7       | Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.                          | 56,11           | 1,78         | 0,29         | 11,58         | 22,3                 | 1,22          |
|         |                                                                | <b>738,49</b>   | <b>34,5</b>  | <b>26,31</b> | <b>91,76</b>  |                      | <b>102,64</b> |
|         |                                                                | <b>1 326,63</b> | <b>57,49</b> | <b>58,1</b>  | <b>144,23</b> | <b>Итого за день</b> | <b>189,60</b> |

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Шукешева С.В.  
(подпись)