



Утверждаю:

Административное общество Комбинат школьного питания

Центральный
И.Н. *Маслов*



Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 4 - 8 Октября 2 021 г. 1-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным /хлеб пш. "Рябинушка"/	109,04	1,46	7,47	8,98	17х/10м	10,31
2	Сырники из творога п/ф	288,24	24,99	8,83	27,93	130	64,59
3	Соус вишнёвый	19,72	0,01	0,05	4,77	20	2,49
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	36,22	1,2	0,2	7,43	18,1	1,01
		493,23	27,66	16,55	59,09		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом растительным	55,45	0,54	5,09	1,71	30/30/5	7,79
2	Ежики мясные запеченные с соусом сметанно-томатным	191,53	9,58	12,95	11,17	60/30	43,14
3	Пюре картофельное	175,28	3,94	5,89	26,51	180	11,64
4	Чай с сахаром и лимоном	50,39	0,06	0,01	12,19	200/12/7	3,29
5	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,45	0,44	10,78	110	11,44
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	63	2	0,33	13	25	1,36
7	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	47,01	1,36	0,33	8,95	19,7	1,34
		634,36	17,93	25,04	84,31		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	51	0,39	5,05	1,05	60	6,32
2	Фарфале из филе индейки в соусе из томатов и сыром 2В	297,25	14,39	8,43	41,4	200	37,11
3	Напиток яблочный - ягодный "Я - Я"	58	0,13		14,1	200/12	6,93
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	46,37	1,47	0,24	9,57	18,4	1,00
6	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		591,87	21,72	17,06	88,04		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом шоколадным /батон пш /	123,97	1,89	6,89	13,48	236/10м	11,53
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	358,51	22,95	28,17	3,26	180	60,41
3	Компот тёплый из персика и яблока с/м	59,5	0,16	0,06	14,39	200/12	6,33
4	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	62,04	2,05	0,34	12,72	31	1,73
		604,02	27,05	35,46	43,85		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат из пекин. капусты с огурцом и кукурузой	68,7	1,24	5,28	3,86	60	12,79
2	Бефстроганов из филе индейки	142,27	13,83	8,14	6,62	50/50	46,32
3	Пюре картофельное	155,81	3,5	5,24	23,56	160	10,35
4	Напиток тёплый "Вкус лета" из ягод	59,5	0,15	0,14	14,15	200/12	8,06
5	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
6	Хлеб рж-пш "Баварский" н	31,84	0,93	0,46	5,53	13,5	0,94
		509,32	21,28	19,76	63,06		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Экономист по ценам

Грицков О.М.

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 4 - 8 Октября 2 021 г. 2-Комплекс 80 завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Салат "Каприз" (капуста пек., яблоко св., перец сл., лук зел., масло растит.) грунт.	80,61	1,54	6,03	5,12	85	18,04
2	Плов из индейки	437,3	18,07	18,85	49,17	50/200	55,10
3	Чайный Дюшес	47,06	0,06	0,05	11,53	200	4,94
4	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
5	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	35,5	1,17	0,2	7,28	17,8	1,00
		643,31	22,2	25,35	81,94		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (хл. пш.вит. "Здоровье" н)*	164,59	4,86	11,59	9,52	20х10м/13с	19,53
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,71	6,68	8,02	29,04	200/5	21,37
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,12
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	49,1	1,42	0,35	9,35	20,5	1,40
		627,15	20,04	25,61	77,61		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом,маслом сливочным (батон нарезной)*	180,97	1,97	7,94	25,98	23/20 д/10м	16,37
2	Каша "Дружба"на молоке с маслом	239,88	7,08	9,06	32,38	200/6	22,96
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,96
4	Фрукт апельсин свежий	86	1,8	0,4	16,2	200	25,74
5	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	35,14	1,16	0,19	7,2	17,6	0,97
		643,09	15,53	20,54	96,74		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат "Нежный" (морковь, огурцы сол., лук репч., яйцо, масло растит.)	84,4	2	7,42	2,25	60	9,64
2	Плов из говядины	446,01	16,11	23,48	42,9	40/160	64,40
3	Чай с шиповником	62,73	0,27	0,11	13,85	200/10	4,40
4	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	22,95	0,76	0,13	4,71	11,5	0,64
		658,93	20,5	31,36	72,55		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш. "Здоровье" н)	123,8	6,45	6,4	9,4	20/20	14,92
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	273,51	5,71	8,31	43,01	200/7	19,16
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,12
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
5	Хлеб рж-пш "Баварский" н	53,75	1,58	0,78	9,33	22,9	1,56
		728,56	24,73	28,01	90,31		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицков О.М.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Шукешева С.В.

МЕНЮ

на 4 - 5 Октября 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным /хлеб пш. "Рябинушка"/*	109,04	1,46	7,47	8,98	17х/10м	10,31
2	Сырники из творога п/ф	288,24	24,99	8,83	27,93	130	64,59
3	Молоко сгущеное с сахаром	66	1,36	1,7	11,2	20	8,24
4	Чайный микс из вишни, клубники и апельсинов	56,96	0,14	0,08	13,69	200	6,77
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		558,24	29,2	18,29	69,59		90,97
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей "Лучик"(огурцы, перец грунтовый) с маслом растит.	49,9	0,39	5,05	1,14	45/20/5	8,12
2	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	94,73	2,14	5,33	12,09	250/10	10,21
3	Бифштекс "По -домашнему" с маслом /филе куриное, говядина/	208,2	12,87	15,17	11,38	90/5	48,33
4	Гречка отварная	248,43	8,79	6,1	39,69	150	13,72
5	Напиток брусничный	59,5	0,18	0,13	14,03	200/12	15,93
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	57,97	1,84	0,3	11,96	23	1,25
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,07
		756,73	27,46	32,29	98,08		98,63
		1 314,97	56,66	50,58	167,67	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (хл. пш.вит. "Здоровье" н)*	153,7	4,14	10,7	9,51	20х/10с/10	17,58
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,71	6,68	8,02	29,04	200/5	21,37
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,12
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	23,9	0,69	0,17	4,55	10	0,68
		591,06	18,59	24,54	72,8		77,33
Обед							
1	Винегрет овощной с луком зеленым	74,38	0,71	6,08	3,85	60	8,90
2	Суп-пюре из картофеля с гренками*	187,19	5,56	5,26	29,17	200/10	12,73
3	Котлета "Лакомка" /филе куриное/ с маслом	214,03	14,39	17,16	7,63	90/5	46,47
4	Макаронные изделия отварные (Ла Хруста)	216,83	5,62	4,4	38,36	150	8,44
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	7,93
6	Фрукт апельсин свежий	86	1,8	0,4	16,2	200	25,74
7	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
8	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	39,67	1,15	0,28	7,55	16,6	1,14
		957,74	31,27	34,08	131,24		112,27
		1 548,8	49,86	58,62	204,04	Итого за день	189,60

Повар-бригадир *Масал*
 (подпись)

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

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

Технолог *Шукешева С.В.*
 (подпись)

Утверждаю:
 Акционерное общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Масал*

Согласовано:
 Директор
 (подпись) *М*

МЕНЮ

на 6 - 7 Октября 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом и маслом сливочным (батон пш н)*	180,97	1,97	7,94	25,98	23/20/10	16,37
2	Каша "Дружба" на молоке с маслом	233,26	7,07	8,34	32,37	200/5	22,04
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	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		605,03	14,26	19,88	91,9		64,87
Обед							
1	Салат "Витаминный" *(перец грунтовый)	85,03	0,88	5,58	7,63	70	9,19
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/м.раст.	150,76	9,39	5,66	15,01	250/30	28,92
3	Жаркое "По-домашнему" с говядиной	332,36	17,66	19,14	22,22	50/150	75,02
4	Кисель из вишни	98,57	0,05	0,16	24,13	200/15	9,22
5	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	61,74	1,96	0,32	12,74	24,5	1,33
6	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		766,46	31,19	31,07	89,52		124,73
		1 371,49	45,45	50,95	181,42	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	Омлет натуральный, запеченный с сыром	328,64	21,04	25,83	2,99	165	55,38
3	Компот тёплый из персика и яблока с/м	59,5	0,16	0,06	14,39	200/12	6,33
4	Йогурт в инд. уп. /Абсолют/	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		653,16	28,41	37,17	50,96		101,49
Обед							
1	Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	58,15	0,61	5,11	2,09	55/5	8,11
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной	81,97	1,63	3,79	11,58	200/5	8,61
3	Чахохбили "По-школьному" из индейки	171,56	13,95	10,92	4,2	50/50	47,13
4	Пюре картофельное	146,07	3,28	4,91	22,09	150	9,70
5	Компот грушевый с клюквой	64,9	0,17	0,11	15,44	200/12	12,51
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	45,91	1,46	0,24	9,47	18,2	0,99
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		606,56	22,35	25,29	72,66		88,11
		1 259,72	50,76	62,46	123,62	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)

Утверждаю:
 Аудиторское общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 И.Н. *Масал*

Согласовано:
 Директор
 (подпись) *Шукушева С.В.*

МЕНЮ

на 8 - 9 Октября 2021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (хл. пш. "Здоровье" н)	87,5	4,04	3,45	9,37	20/10	8,41
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	293,37	5,74	10,49	43,06	200/10	21,91
3	Кофейный напиток с молоком	97,5	2,99	2,52	15,57	200/10	10,12
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
5	Хлеб рж-пш "Баварский" н	41,77	1,23	0,6	7,25	17,8	1,22
		700,14	22	27,06	88,25		75,90
Обед							
1	Салат из свежей капусты с огурцом и маслом растительным	52,9	0,9	3,05	5,34	60	2,65
2	Суп из овощей с зеленым горошком, говядиной, сметаной	138,95	5,2	7,97	14,26	250/10/10	25,48
3	Горбуша, запеченная в омлете	204,52	20,06	12,03	2,85	70/30	63,08
4	Рис припущенный с овощами /пук, морковь/	203,76	3,7	5,4	35,3	150	11,98
5	Компот из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	7,60
6	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
7	Хлеб рж-пш "Баварский" н	47	1,38	0,68	8,16	20	1,37
		784,73	33,91	29,69	95,43		113,70
		1 484,87	55,91	56,75	183,68	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)*	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	7,20
2	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом	245,96	6,26	10,29	31,51	200/10	19,70
3	Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	13,96
4	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	31,59
5	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
		586,83	13,67	14,69	99,17		73,91
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом, зеленью	107,83	0,94	10,15	2,9	50/50/10/1	13,65
2	Рассольник Ленинградский со сметаной	130,15	2,63	5,52	20,1	250/10	14,69
3	Котлета мясная /говядина, свинина/*	241,39	13,99	16,65	15,64	90	52,47
4	Овощное рагу	198,02	20,15	9,29	20,31	180	19,56
5	Напиток "Тюменский туесок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	12,11
6	Хлеб пшеничный вит. "Здоровье" н	58,32	1,85	0,57	10,64	22,78	1,76
7	Хлеб рж-пш "Российский" н	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,45
		833,71	41,03	42,49	91,42		115,69
		1 420,54	54,7	57,18	190,59	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукушева С.В.

(подпись)