

МЕНЮ

на 11 Октября 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 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	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	23,9	0,69	0,17	4,55	10	0,69
		538,07	16,06	23,53	65,06		55,67
Обед							
1	Курица отварная для 1 блюд(филе без кожи и костей)	80,05	6,73	5,88	0,05	20	11,22
2	Салат из свеклы с сыром (свекла, сыр, масло растит.)	80,21	2,9	5,7	4,34	60	7,39
3	Суп картофельный с макаронами (Ла Хруста)	107,37	2,33	3,26	17,06	200	6,11
4	Зразы рубленые из говядины *	250,36	12,3	19,45	14,11	90	47,85
5	Кус-кус с овощами/лук, морковь/ м.р.	204,03	4,13	8,81	26,35	150	17,93
6	Компот из вишни	61	0,05	0,2	14,63	200/12	9,31
7	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	31,59
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	40,4	1,32	0,26	9	20	1,34
9	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	41,43	1,2	0,29	7,89	17,3	1,19
		955,45	31,68	44,39	111,97		133,93
		1 493,52	47,74	67,92	177,03	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

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

Технолог *Шукешева С.В.*
 (подпись)



И.Н. Масал

Директор



МЕНЮ

на 12 Октября 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (хл. пш. "Здоровье" н)*	117,4	1,73	7,75	9,48	20/10	11,07
2	Соус брусничный	24,18	0,06	0,04	5,78	25	5,22
3	Запеканка из творога "Зебра" *	367,15	23,89	14,39	35,61	170	62,09
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,60
5	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		586,74	26,93	22,39	68,64		81,04
Обед							
1	Борщ Сибирский со сметаной	101,51	2,03	5,27	14,08	250/10	14,49
2	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	5,88
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	42,03	1,39	0,23	8,62	21	1,18
		796,52	22,25	30,07	110,41		108,56
		1 383,26	49,18	52,46	179,05	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____
(подпись)

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

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Шукушева С.В.
(подпись)



МЕНЮ

на 14 Октября 2 021 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
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	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом	245,96	6,26	10,29	31,51	200/10	19,70
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
		570,7	13,62	21,7	79,39		67,25
Обед							
1	Рассольник Ленинградский со сметаной	130,15	2,63	5,52	20,1	250/10	14,69
2	Салат "Витаминный" *(перец грунтовый)	72,89	0,75	4,78	6,54	60	7,88
3	Филе индейки, запеченное с овощами и сыром	210,34	15,17	15,71	5,33	50/15	51,50
4	Макаронные изделия отварные (Ла Хруста)	245,74	6,37	4,98	43,48	170	9,57
5	Компот грушевый с клюквой	64,9	0,17	0,11	15,44	200/12	12,51
6	Фрукт банан свежий	216	3,38	1,13	48,38	225	23,87
7	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
8	Хлеб рж-пш "Российский" н	39,05	1,26	0,21	8,02	19,3	1,41
		1 021,91	31,09	32,66	156,13		122,35
		1 592,61	44,71	54,36	235,52	Итого за день	189,60

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам _____ Богомолова Е.Н.

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог *Шукешева* Шукешева С.В.
 (подпись)

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

Согласовано:
 Директор
 Для подписания документов
 34

МЕНЮ

на 11 - 15 Октября 2 021 г. 1-Комплекс 80 завтрак картофель п/ф

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	171,89	6,65	10,94	11,67	23/6/20	20,50
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	103,4	0,9	0,88	21,56	2шт/220гр	22,88
5	Хлеб рж-пш "Абсолютик"	42,13	1,22	0,3	8,02	17,7	1,22
		666,33	17,5	25,27	90,11		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Салат из свежей капусты с морковью с маслом	54,34	0,93	3,05	5,64	60	2,19
2	Гуляш из говядины п/ф	177,31	11,36	13,39	2,8	37/40	51,86
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	14,01
4	Напиток тёплый вишневый	61	0,05	0,2	14,63	200/12	9,21
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	49,89	1,63	0,32	11,11	24,6	1,66
6	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,07
		526,61	18,5	22,08	64,06		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)**	114,77	1,87	0,69	25,84	235/20 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 "Абсолютик"	57,45	1,66	0,41	10,94	24	1,65
		622,85	24,37	29,69	63,46		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 (хл. рябинушка)	190,44	14,83	11,11	14,88	90	43,13
3	Рагу овощное (карт. п/ф)*	168,89	3,5	6,65	23,54	180	16,67
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	46,53	1,5	0,25	9,56	23,1	1,68
		576,84	25,36	23,21	73,24		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Винегрет овощной с луком зеленым карт.п/ф	92,98	0,88	7,6	4,81	75	11,67
2	Тефтели из говядины /хлеб/*	238	11,2	16,35	11,41	80	46,26
3	Соус сметанный с томатом	25,84	0,45	1,94	3,66	30	3,99
4	Гречка отварная с овощами (м.сл.)	153,52	4,9	4,82	22,57	150	10,15
5	Чайный коктейль из апельсина, винограда и яблока	58,25	0,14	0,07	14,05	200/10/5/5	5,23
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый" н	49,59	1,62	0,32	11,05	24,5	1,65
7	Хлеб рж-пш "Дарницкий" н	38	1,25	0,21	7,79	19	1,05
		656,18	20,44	31,31	75,34		80,00

Повар-бригадир _____
 (подпись)

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

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____ Шукешева С.В.
 (подпись)

МЕНЮ

на 11 - 15 Октября 2 021 г. 2-Комплекс 80 завтрак картофель п/ф

№ 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	26,4	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 соленым огурцом с маслом	61,58	0,66	5,06	3,22	60	5,62
2	Биточки из говядины*	231,13	14,18	15,83	14,77	85	56,21
3	Капуста тушеная	38,03	1,21	1,34	5,09	50	4,08
4	Пюре картофельное (карт п/ф)	97,38	2,19	3,27	14,73	100	9,34
5	Чай с сахаром и лимоном	49,71	0,05	0,01	12,13	200/12с/5л	2,86
6	Хлеб пшеничный вит. "Рябинушка" н	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
7	Хлеб рж-пш вит. "Дарницкий" н	34,07	1,12	0,19	6,98	17	0,97
		554,74	20,77	25,92	65,76		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	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 рж-пш "Дарницкий" н	20,44	0,67	0,11	4,19	10,2	0,56
		857,81	20,94	36,76	109,67		80,00

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам _____
 Богомолова Е.Н.

Мед. работник _____
 (подпись)

Технолог _____
 Шукушева С.В.
 (подпись)