



Утверждаю:

Администрация Комбинат школьного питания

«Комбинат
школьного
питания»
Центральный
№ 1

И.Н. Масал

Согласовано:

Директор

(подпись)



МЕНЮ

на 24 - 28 Января 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак

| № 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 | 235,56 | 6,84 | 10,33 | 28,97 | 200/8 | 19,79 |
| 3 | Какао-напиток молочный с 13 витаминами.. | 101,1 | 3,52 | 2,95 | 14,98 | 200/10 | 13,09 |
| 4 | Печенье сахарное в инд.уп. 40гр | 188,4 | 3,36 | 6,84 | 28,08 | 1шт/40гр | 9,26 |
| 5 | Хлеб рж-пш витаминиз."Дарницкий" | 41,24 | 1,36 | 0,23 | 8,45 | 20,6 | 1,15 |
| 6 | Фрукт мандарин | 26,6 | 0,56 | 0,14 | 5,25 | 70 | 14,55 |
| | | 773,12 | 21,13 | 32,86 | 97,44 | | 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 яблоч | 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

Масал
(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.
(подпись)

Мед. работник

Масал
(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.
(подпись)



утверждаю:

Администрация Комбинат школьного питания
Центральный
г.Тюмень

И.Н. *Масал*



Согласовано:

Директор

(подпись)

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 б/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 | 23б/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 соленые 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 | 23б/10м | 11,53 |
| 2 | Горбуша, запеченая 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 *Шуц*
(подпись)

Экономист по ценам *Грицук* Грицук О.М.
(подпись)

Мед. работник *Валы*
(подпись)

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