

Утверждаю:  
 А.И. Горное, директор  
 Центрального  
 пищевого  
 комбината  
 № 1.Н. *Горное*

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 16 - 20 Января 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл.)	426,92	21,8	15,82	48,73	250	62,38
3	Напиток тёплый из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,52
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	20	0,66	0,11	4,1	10	0,85
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	41,24	1,31	0,21	8,51	16	1,40
6	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	14,62
		<b>619,96</b>	<b>26,41</b>	<b>16,54</b>	<b>89,31</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Тефтели мясные с маслом (говядина, свинина)	324,39	11	25,62	12,19	90/10	53,56
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	175,22	3,94	5,89	26,51	180	24,68
4	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	32,66	1,08	0,18	6,7	16	1,38
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,45
		<b>735,74</b>	<b>21,34</b>	<b>34,48</b>	<b>84,5</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) С	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Джем УРРО 20 гр	55,2	0,1		14,32	1шт/20гр	9,28
3	Запеканка из творога*	339,71	20,97	16,36	30,93	160	62,04
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	40,67	1,19	0,59	7,06	17	2,43
		<b>697,75</b>	<b>27,52</b>	<b>27,81</b>	<b>87,35</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,68
2	Рыбные палочки с маслом сливочным	52,19	0,03	5,77	0,04	80/3	48,63
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
4	Чай с сахаром	20,01			4,99	200/5	1,05
5	Йогурт с черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	36,45	1,2	0,2	7,47	18	1,54
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>402,19</b>	<b>9,11</b>	<b>14,65</b>	<b>59,07</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Витаминный" (овощи п/ф)*	100,51	1,12	6,38	9,16	80	17,60
2	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	305,45	14,35	24,74	10,92	55/50	50,48
3	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	200,49	3,93	7,09	36,26	160	17,13
4	Напиток тёплый из шиповника	88,8	0,68	0,28	17,64	200/8	7,79
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	46,65	1,35	0,33	8,88	20	2,03
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	50,5	1,65	0,33	11,25	25	2,27
		<b>839,4</b>	<b>23,48</b>	<b>39,55</b>	<b>103,91</b>		<b>107,70</b>

Завар-бригадир \_\_\_\_\_

(подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

2023/01/17 11:24



Утверждаю:  
 Главный инженер  
 Центральный  
 И.Н. *Masal*

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 16 - 20 Января 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	99,47	4,35	3,67	12,12	23/15/10	14,54
2	Сырники из творога п/ф	332,71	28,84	10,2	32,23	150	77,23
3	Соус вишнёвый	24,65	0,02	0,06	5,97	25	3,34
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	11,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	31,95	1,05	0,18	6,55	16	1,35
		<b>578,28</b>	<b>37,25</b>	<b>16,63</b>	<b>70,45</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Блинчики с абрикосовой начинкой	209,98	56	7,6	22,4	1/80гр	29,19
2	Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хл. Рябин.) п/ф	230,74	12,53	16,56	15,02	90/10	49,37
3	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/ *	191,3	5,85	6,61	27,05	180	13,82
4	Чай ройбуш	16,25		0,01	4	200	2,76
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	51,12	1,69	0,28	10,48	26	2,16
		<b>746,39</b>	<b>76,47</b>	<b>31,46</b>	<b>88,75</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Морковь с сахаром п/ф	50,63	0,96	0,07	11,28	80	8,74
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной о. п/ф	381,4	18,36	23,82	22,22	65/150	65,10
3	Напиток тёплый из вишни	32			7,98	200/8	5,91
4	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,81
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	59,58	1,89	0,58	10,87	23	2,39
		<b>644,61</b>	<b>25,39</b>	<b>27,65</b>	<b>71,51</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,68
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	298,7	19,13	23,48	2,72	150	56,39
3	Горячий шоколад	85	2,8	2,5	12,68	200/8	22,18
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	37,63	1,24	0,21	7,71	19	1,59
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,46
		<b>525,17</b>	<b>25,65</b>	<b>26,93</b>	<b>44,03</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	125,67	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	12,31
2	Шницель натуральный рубленый /минтай/ с маслом (п/ф)	240,32	16,01	19,14	10,45	100/10	53,97
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	200,66	3,7	7,21	30,16	185	20,46
4	Чай яблочно-брусничным	39,01	0,08	0,07	9,38	200/8	4,63
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	11,98
6	Хлеб "Абсолют" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	50,48	1,65	0,32	11,25	25	2,27
		<b>781,94</b>	<b>27,69</b>	<b>37,52</b>	<b>93</b>		<b>107,70</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
 (подпись)

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

вед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Технолог *Фоменко С.В.*  
 (подпись)

2023/01/17 11:24