



Администрация государственного учреждения Комбинат школьного питания

Центральный
Л.Н. Маршал

Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 7 - 10 Ноября 2 023 г. 1-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Овощи свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Говядина с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	212,57	13,96	10,49	15,38	40/160	74,09
3	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
4	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	32,71	1	0,31	6,39	13	1,40
		338,02	17,53	11,47	39,35		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Свекла вакуумной сушки 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Котлета из мяса птицы п/ф	115,41	11,59	3,88	13,27	90	42,76
3	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
4	Напиток тёплый из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	46,77	1,49	0,21	9,78	21	1,99
		524,68	23,16	14,47	80,16		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Тефтели рыбные (с рисом) из горбуши	150,26	14,98	5,32	10,62	90	47,02
2	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Творог обогащенный "Растишка" Лесные ягоды и персик -груша инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
5	Фрукт мандарин свежий	34,2	0,72	0,18	6,75	90	16,97
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,61
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	61,86	1,81	0,81	9,97	19	2,41
		503,81	24,82	12,85	69,52		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Свинина тушеная в томате с перцем болгарским	213,44	12,49	16,35	3,36	50/40	48,96
2	Овощи тушеные	67,13	3,2	1,4	9,88	180	16,65
3	Напиток тёплый смородиновый	42,92	0,25	0,1	9,81	200/8	12,45
4	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
5	Батон нарезной в/с	86,01	2,56	1	16,64	33	3,54
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
		516,65	19,96	19,11	64,41		107,70

Повар-бригадир _____
(подпись)

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

Мед. работник _____
(подпись)

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

МЕНЮ

на 7 - 10 Ноября 2 023 г. 2-Комплекс 107,7 Завтрак овощи очищенные

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша пшенинная молочная с бананом	248,53	7,32	7,46	37,69	160/40/5	31,81
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Йогурт персик+манго питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	52,59	1,67	0,51	9,59	21	2,19
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Фрукт апельсин свежий	73,1	1,53	0,34	13,77	170	28,29
		649,66	17,96	21,02	94,48		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Жаркое "По-домашнему"со свининой ов.п/ф	283,5	14,69	15,37	20,65	50/150	54,90
2	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
3	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
4	Печенье "Плазма" витаминизированное, 50гр	204	6,25	4	29	1шт/50гр	17,55
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	22,56	0,73	0,12	4,63	11	0,90
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,87
		743,02	27,2	22,64	99,13		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
3	Рис припущенный	212,91	3,79	4,4	39,54	160	12,75
4	Напиток фруктовый (яблочный) с/м	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	7,82
5	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус с пломбир инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	46,65	1,35	0,33	8,88	20	2,03
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	79,5	2,32	1,04	12,81	24	3,12
		697,46	23,08	27,24	86,8		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
2	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
3	Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	351,68	19,48	16,3	36,25	130	55,74
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Батон нарезной в/с	59,28	1,76	0,69	11,47	23	2,44
6	Фрукт апельсин свежий	73,1	1,53	0,34	13,77	170	28,29
		633,46	22,93	24,61	82,04		107,70

Повар-бригадир _____
 (подпись)

Экономист по ценам *Грицюк О.М.*
 Грицюк О.М.

Мед. работник _____
 (подпись)

Экономист по ценам *Грицюк О.М.*
 Грицюк О.М.



Центральный
Л.Н. *Мидарел*

МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Запеканка из творога*	294,17	21,12	15,38	23,03	150	60,43
2	Молоко сгущенное с сахаром в ин.уп. 7 гр	69,3	1,47	1,79	11,76	3шт/7гр	15,62
3	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	18,30
4	Чай с лимоном с сахаром	22,34	0,06	0,01	5,2	200/5/7	2,66
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		536,41	30,13	22,64	57,89		99,09
Обед							
1	Овощная нарезка с маслом растительным	49,36	0,72	4,08	2,32	80	23,27
2	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, со сметаной и зеленью п/ф	165,47	8,13	10,48	9,42	250/20/10/1	45,51
3	Фрикасе из филе куриного п/ф	140,95	11,15	9,48	2,65	50/40	56,10
4	Макаронные изделия отварные (упитки вес)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	101,58	3,23	0,99	18,53	40	4,23
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		782,36	31,16	29,75	94,96		147,01
		1 318,77	61,29	52,39	152,85	Итого за день	246,10
Среда							
Завтрак							
1	Плов из свинины п/ф	373,53	15,93	16,84	38,77	50/150	49,53
2	Чай ройбуш.	0,13				200	1,19
3	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
4	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	31,58	1,02	0,17	6,49	16	1,26
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,88
		530,14	21,25	19,71	66,16		70,11
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной.	201,73	8,63	10,67	17,6	250/20/10	50,69
3	Гуляш из говядины п/ф	198,81	15,18	14,17	2,7	50/40	72,00
4	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
5	Напиток из сухофруктов	61,06	0,83	0,05	14,15	200	2,75
6	Сок яблочный восстановленный осветленный "Сады Придонья" 125 мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,57
7	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
8	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,86
		666,99	30,57	26,56	75,45		175,99
		1 197,13	51,82	46,27	141,61	Итого за день	246,10

Повар-бригадир _____

(подпись)

Экономист по ценам _____

Грицюк О.М.

Мед. работник _____

(подпись)

Экономист по ценам _____

Грицюк О.М.

(подпись)

Директор _____
(подпись)

Федеральное государственное учреждение
«Федеральный центр экспертизы средств
биологического назначения»
Федеральный центр экспертизы средств
биологического назначения
Федеральный центр экспертизы средств
биологического назначения
Федеральный центр экспертизы средств
биологического назначения

Центральный
И.Н. _____

МЕНЮ

на 9 - 10 Ноября 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг							
Завтрак							
1	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом	230,29	7,53	7,69	32,52	180/5	19,47
2	Какао-напиток молочный с витам. 13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
3	Напиток кисломолочный "Ряженка"	102	6	5	8,4	200	18,30
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	65,8	1,92	0,86	10,6	20	2,57
		574,94	20,85	17,24	80,51		69,14
Обед							
1	Овощи свежие порционно (помидоры)	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Свекольник с говядиной, со сметаной (говядина, картофель, свекла, лук, морковь, масло, соль, томатная паста).	190,51	8,55	10,55	15,23	250/20/10	51,66
3	Наггетсы куриные хрустящие	203,3	9	11,39	16,21	90	56,51
4	Картофельные шарики запеченные п/ф.	232,28	4,6	7,09	63,48	150	17,93
5	Сок мультифруктовый восстановленный для детей "Сады Придонья" 2 л	90			22	200	17,91
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	47,8	1,38	0,34	9,1	20	2,08
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	88,17	2,57	1,15	14,2	27	3,45
		871,26	26,98	30,68	143,26		176,96
		1 446,2	47,83	47,92	223,77	Итого за день	246,10
Пятница							
Завтрак							
1	Блинчики без начинки "Смак"	134,63	2,16	10,11	8,81	90 гр/2 шт	21,53
2	Джем "Махеев" клубничный	54,4			13,4	20	9,37
3	Напиток кисломолочный "Снежок"	156	6	5	22	200	20,32
4	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
5	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	34,48
6	Хлеб "Московский" ржаной	18,7	0,73	0,13	3,64	10	0,86
		642,47	14,95	18,74	102,64		100,12
Обед							
1	Свекла вакуумной сушки 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками п/ф	278,76	7,89	13,82	30,54	250/20/1	37,01
3	Рыбные наггетсы	123,53	7,84	2,67	17,05	90	29,28
4	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	248,9	4,4	6,29	43,62	180	17,72
5	Сок яблоко-виноград восстановленный для детей 200мл "Сады Придонья"	92			23	1шт/200мл	25,25
6	Батон нарезной в/с	59,75	1,78	0,69	11,56	23	2,46
7	Хлеб "Московский" ржаной	31,56	1,23	0,22	6,14	17	1,46
		902,38	24,3	26,41	141,62		145,98
		1 544,85	39,25	45,15	244,26	Итого за день	246,10

Повар-бригадир _____
(подпись)Экономист по ценам _____ Грицюк О.М.
(подпись)Мед. работник _____
(подпись)Экономист по ценам _____ Грицюк О.М.
(подпись)