

МЕНЮ

на 18 - 22 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
2	Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	93,99	11,18	3,64	3,92	50/40	59,39
3	Макаронные изделия отварные (рожки трубочки)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,63
4	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
5	Сок яблочный восстановленный осветленный "Сады Придонья" 125 мл	56,25			13,75	1шт/125мл	15,57
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,51	1,4	0,69	8,25	20	2,97
		525,18	22,72	12,16	83,73		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша пшеничная молочная с маслом	189,08	6,01	8,68	21,47	220/5	21,56
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	88,38	2,81	0,86	16,12	35	3,68
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
7	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	37,05
		590,5	16,58	22,57	78,86		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
2	Жаркое "По-домашнему"со свиной о.в.п/ф	300,52	15,88	16,7	20,65	55/150	66,39
3	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
4	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	63,03	1,85	0,91	10,94	27	3,93
		597,02	25,63	23,92	69,42		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	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	172,99	3,08	3,57	32,13	130	10,36
4	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, клубника)	42,92	0,25	0,1	9,81	200/8	9,25
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	Батон нарезной в/с	103,6	3,08	1,2	20,04	40	4,26
7	Хлеб "Московский" ржаной	39,72	1,55	0,28	7,73	21	1,85
		673,96	23,48	26,52	84,85		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Запеканка из творога*	270,44	19,71	13,9	21,49	140	56,32
3	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
4	Джем "Махеев" груша и банан	54,4			13,4	20	9,37
5	Фрукт мандарин свежий	53,2	1,12	0,28	10,5	2шт/70	26,39
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	64,12	2,04	0,63	11,7	25	2,67
		536,76	23,04	22,1	64,07		107,70

Шеф-Повар *Иванов*
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк*
 (подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник *Иванов*
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк*
 (подпись) Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 18 - 22 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс Горячий завтрак с 12-18 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Филе куриное запеченное с сыром	174,69	20,74	9,38	1,5	100	93,50
2	Макаронные изделия отварные (рожки трубочки)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,63
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Бисквитное пирожное со вкусом малины или черной смородины Львенок Алекс 30гр					1шт/30гр	16,12
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	63	2	0,33	13	25	2,21
		528,93	29,8	14,63	68,06		128,29
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Каша пшеничная молочная с маслом	181,52	5,48	8,94	19,54	200/6	20,94
3	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
4	Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	148	5,6	5	22	2шт/100гр	41,60
5	Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	26,5	0,25	1,55	2,9	1шт/5гр	6,95
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	102,4	3,26	1	18,68	40	4,26
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
8	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	37,05
		697,46	19,55	27,02	93,39		135,41
Среда							
Завтрак							
1	Гуляш из говядины п/ф	205,46	15,3	14,55	3,38	50/50	72,62
2	Картофель отварной (карт.п/ф)	152,07	3,14	4,24	25,25	150	20,70
3	Напиток тёплый из шиповника	69,38	0,54	0,22	13,72	200	4,88
4	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	70,5	2,07	1,02	12,24	30	4,41
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	110	3,5	0,5	23	50	4,67
		688,31	27,45	23,03	89,29		123,53
Четверг							
Завтрак							
1	Голубцы ленивые п/ф	202,73	12,72	12,55	9,74	90	56,45
2	Рис припущенный с овощ./лук, морковь/ п/ф	248,9	4,4	6,29	43,62	180	17,72
3	Напиток тёплый из брусники	43,42	0,18	0,13	10,03	200/8	12,93
4	Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус с пломбир инд уп 45гр	45,9	2,7	1,57	5,26	1/45гр	16,56
5	Батон нарезной в/с	103,6	3,08	1,2	20,04	40	4,26
6	Хлеб "Московский" ржаной	39,72	1,55	0,28	7,73	21	1,85
		684,27	24,63	22,02	96,42		109,77
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Запеканка из творога*	386,34	28,16	19,85	30,7	200	80,45
3	Чай яблочно-смородиновый	28,5	0,07	0,04	6,84	200	3,98
4	Джем "Махеев" груша и банан	54,4			13,4	20	9,37
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	64,12	2,04	0,63	11,7	25	2,67
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	18,72
		641,76	31,09	28,13	70,07		124,16

Шеф-Повар *Иванов*
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк* Грицюк О.М.
 (подпись)

Мед. работник *Алексеев*
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк* Грицюк О.М.
 (подпись)

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

Согласовано:
 Директор
 (подпись)

МЕНЮ

на 18 - 22 Декабря 2 023 г. 2-Комплекс 107,70 Горячий завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогаатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Тост с сыром Гауда	83,19	4,46	3,59	12,41	17/14,5	16,25
3	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	220,82	5,92	7,85	31,4	200/6	22,70
4	Какао-напиток молочный с витам.13	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,67
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
6	Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	69,75			17,44	1шт/125гр	24,36
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	55,99	1,64	0,81	9,72	24	3,50
		658,8	18,64	24,95	92,9		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	192,18	11,21	11,11	11,58	90	45,77
3	Пюре картофельное п/ф	173,63	3,96	5,68	26,54	180	24,29
4	Чай гречишный	0,01				200	0,74
5	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	46,03	1,4	0,44	9	19	1,97
		530,93	19,36	20,45	66,17		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Котлета из мяса птицы п/ф	115,41	11,59	3,88	13,27	90	47,80
3	Гречка отварная	148,81	4,96	4,43	22,33	130	7,56
4	Напиток фруктовый (яблочный)	43,67	0,1	0,1	10,43	200/8	4,54
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	78	3	2,5	11	1шт/100гр	14,43
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	37,87	1,25	0,21	7,76	19	1,60
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,87
		493,36	23,02	11,84	79,24		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Рыбные палочки из филе минтая п/ф	120,39	8,1	2,7	17,13	90	41,70
2	Картофель тушеный п/ф	149,27	3,25	4,2	24,42	150	23,19
3	Чай яблочно-вишневый	28,9	0,06	0,03	7,01	200	2,89
4	Йогурт яблоко -тархун питьевой уп 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	20,80
5	Батон нарезной в/с	103,6	3,08	1,2	20,04	40	4,26
6	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	13,20
7	Хлеб "Московский" ржаной	35,64	1,39	0,25	6,94	19	1,66
		538,4	19,24	11,02	91,79		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Поджарка из свинины п/ф	231,14	13,68	17,68	3,44	55/40	54,71
2	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
3	Кисель вишня лайм (гарден)	97,55	0,13	0,03	23,84	200	17,06
4	Сок яблочный прямого отжима осветленный "Сады Придонья" 125 мл	70,31			17,19	1шт/125мл	15,57
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	49,64	1,43	0,35	9,45	21	2,16
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	103,84	3,3	1,01	18,94	40	4,32
		608,42	21,21	20,24	81,09		107,70

Шеф-Повар

Масал
 (подпись)

Старший
 калькулятор

Грицюк
 (подпись) Грицюк О.М.

Мод. работник

Масал
 (подпись)

Старший
 калькулятор

Грицюк
 (подпись) Грицюк О.М.

МЕНЮ

на 20 - 21 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Перловая каша с тушеной говядиной и овощами	268,1	12,62	13,59	23,43	180	37,26
2	Чай ройбуш	0,13				200	1,19
3	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1 шт/100 м	16,25
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	46,48	1,36	0,67	8,07	20	2,91
5	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	44	1,4	0,2	9,2	20	1,87
		439,61	18,28	16,96	52,4		59,48
Обед							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной п/ф	201,73	8,63	10,67	17,6	250/20/10	51,63
3	Поджарка из свинины п/ф	214,12	12,5	16,35	3,44	50/40	50,26
4	Овощи тушеные	55,94	2,67	1,17	8,23	150	13,88
5	Напиток тёплый из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200	5,18
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47	1,38	0,68	8,16	20	2,94
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	67,69	2,15	0,31	14,15	31	2,88
8	Фрукт апельсин свежий	77,4	1,62	0,36	14,58	180	29,95
		750,54	30,5	30,11	85,56		186,62
		1 190,15	48,78	47,07	137,96	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Каша молочная ячневая с маслом	193,87	6,16	6,86	26,7	180/5	18,01
2	Какао-напиток молочный с витам.С	82,05	3,62	2,95	10,09	200	15,20
3	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	156	6	5	22	2шт/100гр	28,86
4	Батон нарезной в/с	51,8	1,54	0,6	10,02	20	2,13
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	11,05
6	Хлеб "Московский" ржаной	25,12	0,98	0,17	4,89	13	1,18
		555,84	18,7	15,98	83,5		76,43
Обед							
1	Огурцы свежие с зеленью	9,07	0,57	0,08	1,57	80	17,92
2	Свекольник с говядиной со сметаной п/ф	172,96	7,05	9,26	15,23	250/15/10	44,57
3	Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	93,99	11,18	3,64	3,92	50/40	59,39
4	Пюре картофельное п/ф	154,33	3,52	5,05	23,6	160	21,59
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Батон нарезной в/с	59,57	1,77	0,69	11,52	23	2,45
7	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
		619,32	25,55	18,98	86,12		169,67
		1 175,16	44,25	34,96	169,62	Итого за день	246,10

Шеф-Повар _____
 (подпись)
 Мед. работник _____
 (подпись)

Старший калькулятор _____
 Богомолова Е.Н.
 Старший калькулятор _____
 Грицюк О.М.
 (подпись)



Муниципальное автономное учреждение Комбинат школьного питания
Центральный
И.Н. Масал

Согласовано:



Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 22 Декабря 2023 г. 1-Комплекс 246,1 Завтрак+обед с 7-11

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход 704	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Блинчики с яблочной начинкой	225,66	3,22	6,75	39,23	1/80гр	32,53
2	Цикорий с молоком*	86,74	3,06	2,5	12,79	200	13,56
3	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	156	6	5	22	2шт/100гр	28,86
4	Фрукт мандарин свежий	53,2	1,12	0,28	10,5	2 шт/70 гр	26,39
		521,6	13,4	14,53	84,52		101,34
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	22,52
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	Тефтели рыбные из горбуши	150,26	14,98	5,32	10,62	90	47,02
4	Рис припущенный с овощ. /лук, морковь/ п/ф	179,76	3,18	4,54	31,5	130	12,80
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветленный восстановленный "Мой" 1 л	92			23	200	22,01
6	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	29,19	0,84	0,21	5,56	12	1,27
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	2,13
		795,17	29,24	24,51	112,84		144,76
		1 316,77	42,64	39,04	197,36	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

Масал
(подпись)

Мед. работник

Масал
(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е.Н.
(подпись) Богомолова Е.Н.

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись) Грицюк О.М.