

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 9 Март 2 022 г. Доп.Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Обед							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	11,65
2	Бутерброд с джемом (хлеб белый б/глут.)	97,6	0,42	0,82	22,32	206/20 дж	19,30
3	Нарезка из свежего помидора с маслом растительным, зеленью	63,38	0,86	5,16	2,9	75/5/1	18,53
4	Овощная смесь "Мексиканская" припущенная (фасоль струч.,перец зел., кукуруза, зел. горошек, морковь)/зак. м.р./	78,85	3,49	3,26	6,55	100	23,02
5	Салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным	95,96	1,6	8,42	2,67	100	16,47
6	Салат из пекин. капусты с огурцом и кукурузой	114,5	2,06	8,8	6,43	100	20,14
7	Сыр российский /порционно/	72,6	4,82	5,9	0,06	20	14,66
8	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками и сыром	147,05	3,89	10,64	8,71	200	27,28
9	Омлет запеченный натуральный с маслом	282,53	15,84	23,02	2,98	150/5	47,96
10	Котлета "Лада" /из горбуши/ с маслом	167,81	12,47	12,54	6,28	60/5	27,23
11	Филе индейки, запеченное с овощами Диета	156,22	12,06	11,27	1,59	57	48,56
12	Фрикасе из индейки	150,68	12,9	10,29	4,33	60	52,49
13	Пельмени отварные /из говядины/	462,5	18,5	27,75	37	200	65,17
14	Печень "По-строгановски"	148,56	14,34	7,14	8,85	45/45	37,56
15	Гречка вязкая отварная с морковью мр"	149,6	4,24	6,02	19,55	150	9,87
16	Капуста тушеная Диета	114,15	2,78	7,65	8,09	150	14,95
17	Картофель запеченный /из отварного/	169,08	3,42	5,02	27,47	150	24,24
18	Пюре картофельное	146,07	3,28	4,91	22,09	150	21,11
19	Рис отварной с кукурузой и зеленым горошком /постный/	161,68	2,82	5,86	24,42	150	9,50
20	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	7,68
21	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,77
22	Напиток тёплый из клубники	56,2	0,16	0,08	13,48	200/12/20	6,90
23	Напиток тёплый из клубники (без сахара)	8,2	0,16	0,08	1,5	200	5,80
24	Сахар (5гр фасов.)	20			4,99	1шт/5гр	0,77
25	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,34
26	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	1,54
27	Вода питьевая "Ассоль" 0,5л					1 шт/0,5л	17,44
28	Молочный коктейль 200гр	154	5,6	6,4	18,6	1шт/200гр	37,36
29	Пюре фруктовое"Фруто няня" 90 гр	55,8			13,95	1шт/90гр	44,33
30	Сок восстановленный /инд. уп/ 0,2 л	90			20	1шт/200	13,34
31	Бисквитный рулет "Фруктовый" (Пекарский цех) с 16.02.2019	266,54	5,26	4,06	52,88	80	18,00
32	Блинчики п/ф со сгущенным молоком	209,98	56	7,6	22,4	80	40,54
33	Булочка "Городской"(Пекарский цех) (постная) (Пекарский цех) 80 гр	336,82	5,75	11	52,74	80	10,09
34	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
35	Кекс "Городской"(Пекарский цех) 75 гр	344,67	4,3	17,04	42,95	75	15,50
36	Слойка рубленая с повидлом (Пекарский цех) НОВАЯ 65 гр (с 02.11.2018г)	329,85	3,88	18,62	36,66	65	11,84
37	Сырная палочка (Пекарский цех) сметана 15%	386,06	9,57	24,21	33,59	70	22,77
38	Фрукт апельсин свежий	113,95	2,39	0,53	21,47	265	32,73
39	Фрукт банан свежий	240	3,75	1,25	53,75	250	28,18
40	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,49	0,48	11,76	120	10,45
41	Батончик "Вита-лад" мюсли 16 гр	63,87	0,86	1,54	11,65	1 шт/16 гр	7,80
42	Зефир воздушный для какао и десертов, 15 гр	51	0,75		12	1шт/15гр	18,11
43	Кекс для детского питания без начинки (28г)	124,04	1,68	6,16	15,68	28	6,94
44	Маффин "Шоколадный"(безглютеновый)	124	0,68	0,2	30	40	50,23
45	Печенье сахарное "Юбилейное плюс"	188,4	3,36	6,84	28,08	1шт/40гр	9,26
46	Шоколад молочный kinder максис, 21гр	118,86	1,83	7,35	11,24	21	27,11
47	Хлеб "Белый" без глютена	31,8	0,24	0,62	6	15	8,15
48	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
49	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
50	Хлеб "Темный" без глютена	33	0,38	0,9	5,7	15	8,14
		6 699,51	243,93	295,02	802,55		1 015,02

Повар-бригадир

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

Технолог

Шукешева С.В.
(подпись)

Утверждаю:
 И.О. Подпись
 Центральный
 Комбинат школьного питания

Согласовано:

Директор
 (подпись)

МЕНЮ

на 10 Март 2 022 г. Доп. Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг							
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	10,77
2	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	128,97	4,23	7,27	11,62	23/5/10	13,90
3	Салат "Витаминный" (капуста пек.,огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)*	117,24	1,34	7,65	10,21	100	18,84
4	Салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным	95,96	1,6	8,42	2,67	100	16,47
5	Рассольник "Ленинградский" с говядиной отварной, сметаной	165,25	5,62	8,09	20,1	250/10/10	34,78
6	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом	245,96	6,26	10,29	31,51	200/10	20,38
7	Минтай запеченный	59,18	0,49	4,85	3,31	80	44,51
8	Биточек из индейки*	231,25	15,66	14,95	15,62	90	53,78
9	Пельмени отварные /из курицы/	444	129,5	12,95	51,8	200	62,21
10	Говядина отварная	178,1	15,12	12,97	0,3	50	68,12
11	Жаркое "По-домашнему" со свининой	333,74	15,05	20,09	22,22	51/150	55,64
12	Гречка отварная с овощами (м.р.)	159,44	4,88	5,51	22,54	150	11,18
13	Макаронные изделия безбелковые овощные постные	226,21	0,26	5,75	43,35	150	30,85
14	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	9,05
15	Рис припущенный /постный/	220,45	3,68	5,77	38,85	150	6,17
16	Клубнично-вишневый чай	52,67	0,05	0,06	12,89	200/5/5	5,02
17	Компот из свежих яблок и смородины	59,6	0,13	0,1	14,3	200/12	5,71
18	Компот из свежих яблок и смородины(без сахара)	11,6	0,13	0,1	2,33	200	4,61
19	Напиток брусничный	59,5	0,18	0,13	14,03	200/12	14,95
20	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,77
21	Сахар (5гр фасов.)	20			4,99	1шт/5гр	0,77
22	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,34
23	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	1,54
24	Вода питьевая "Ассоль" 0,5л					1 шт/0,5л	17,44
25	Компот "Фруто Няня" 200 мл	100			24	1шт/200мл	42,12
26	Молоко питьевое ультрапастер.(инд.уп. 200мл)	106	6	5	9,4	1шт/200мл	24,01
27	Молочный коктейль 200гр	154	5,6	6,4	18,6	1шт/200гр	37,36
28	Морс "Фруто Няня" 0,2 л	100			26	1шт/200мл	42,12
29	Пюре фруктовое "Фруто няня" 90 гр	55,8			13,95	1шт/90гр	44,33
30	Блинчики п/ф с фруктово-ягодным джемом	209,98	56	7,6	22,4	80	39,18
31	Булочка "Оригинальная" (Пекарский цех) МР 85 гр	334,02	6,44	10,58	52,52	85	9,46
32	Гребешок с маком (Пекарский цех) МР 75 гр	296,92	6,02	10,86	42,95	75	9,49
33	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
34	Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр буфет	316,32	7,35	15,97	34,9	60	16,60
35	Песочное пирожное "Сластена"(Пекарский цех)	335,72	4,76	17,46	40,9	75	19,58
36	Пряник песочный (Пекарский цех) 50 гр	274,47	2,93	14,56	32,46	50	7,26
37	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	18,20
38	Фрукт мандарин свежий	41,8	0,88	0,22	8,25	110	18,59
39	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,49	0,48	11,76	120	10,45
40	Батончик "Вита-лад" мюсли 40 гр	150	2,5	4,5	26	1 шт/40 гр	16,90
41	Гематоген 25 гр	88,5	1,5	0,75	18,93	1шт/25гр	23,50
42	Зефир воздушный 12 гр	40,8			9,6	1шт/12гр	15,02
43	Печенье "Ажурное" в инд. уп. /Абсолют/ 50гр	235,5	4,2	8,7	35,1	1шт/50гр	8,58
44	Пирожное "Медвежонок Барни" 30 гр	112,5	1,89	4,5	16,2	1шт/30гр	17,69
45	Шоколад молочный "Детский сувенир" 20 гр.	114	1,5	2,4	11,5	20	13,34
46	Шоколад молочный 25 гр.	132,5	1,25	7,75	14,5	1шт/25гр	21,76
47	Шоколад молочный kinder макси, 21гр	118,86	1,83	7,35	11,24	1шт/21гр	27,11
48	Хлеб "Белый" без глютена	31,8	0,24	0,62	6	15	8,15
49	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
50	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,97
		6 843,09	333,69	266,22	906,67		1 041,87

Повар-бригадир

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

Технолог

Шукешева С.В.



Утверждаю:

Директор Комбината школьного питания
Центральный
А.Н. *Март*

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 11 Март 2 022 г. Доп. Меню доп

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	10,77
2	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	128,97	4,23	7,27	11,62	23/5/10	13,90
3	Салат из свеклы с маслом растительным	89,89	1,61	5,1	9,42	100	11,65
4	Суп картофельный с макаронами, с курицей отварной*	187,37	9,06	9,14	17,1	200/20	26,01
5	Каша пшенная молочная (жидкая) с маслом	267,18	7,5	9,64	37,44	200/8	19,06
6	Минтай запеченный	62,88	0,53	5,15	3,51	85	47,29
7	Пельмени отварные /из курицы/	444	129,5	12,95	51,8	200	62,21
8	Азу из свинины	363,67	14,59	24,45	20,33	50/160	56,45
9	Говядина отварная	178,1	15,12	12,97	0,3	50	68,12
10	Печень "По-строгановски"	148,56	14,34	7,14	8,85	45/45	37,56
11	Гречка отварная	248,43	8,79	6,1	39,69	150	15,83
12	Картофель отварной постный	162,7	3	5,84	24,45	150	17,84
13	Макаронные изделия безбелковые овощные постные	226,21	0,26	5,75	43,35	150	30,85
14	Макаронные изделия отварные* постные	229,47	5,58	5,83	38,33	150	5,35
15	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ м.р	203,58	3,63	5,45	35,21	150	8,46
16	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	12,79
17	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,95
18	Напиток из кураги (без сахара)	46,4	1,04	0,06	10,2	200	8,80
19	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,77
20	Напиток тёплый бруснично-смородиновый	59,25	0,21	0,11	13,91	200/12	14,19
21	Напиток тёплый бруснично-смородиновый без сахара	11,25	0,21	0,11	1,94	200	13,10
22	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,94
23	Сахар (5гр фасов.)	20			4,99	1шт/5гр	0,77
24	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,34
25	Чай черный в инд. уп.					1 шт/2 г	1,54
26	Вода питьевая "Ассоль" 0,5л					1 шт/0,5л	17,44
27	Молоко питьевое ультрапастер. (инд.уп. 200мл)	106	6	5	9,4	1шт/200мл	24,01
28	Молочный коктейль 200гр	154	5,6	6,4	18,6	1шт/200гр	37,36
29	Пюре фруктовое "Фруто няня" 90 гр	55,8			13,95	1шт/90гр	44,33
30	Блинчики п/ф с фруктово-ягодным джемом	209,98	56	7,6	22,4	80	39,18
31	Бублик с изюмом (Пекарский цех) МР 70гр	297,65	5,84	8,68	48,19	70	10,33
32	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
33	Конвертик "Творожный" (Пекарский цех) 60 гр буфет	316,32	7,35	15,97	34,9	60	16,60
34	Песочное пирожное "Сластена" (Пекарский цех)	335,72	4,76	17,46	40,9	75	19,58
35	Печенье овсяное "Изюминка" (пекарский цех) 50гр.	250,3	4,25	9,15	37,66	50	9,47
36	Рогалик слоеный с повидлом (Пекарский цех)	295,07	4,73	14,26	36,48	70	8,88
37	Фрукт апельсин свежий	113,95	2,39	0,53	21,47	265	32,73
38	Фрукт банан свежий	240	3,75	1,25	53,75	250	28,18
39	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,49	0,48	11,76	120	10,45
40	Батончик "Вита-лад" мюсли 40 гр	150	2,5	4,5	26	1 шт/40 гр	16,90
41	Гематоген 25 гр	88,5	1,5	0,75	18,93	1шт/25гр	23,50
42	Зефир воздушный 12 гр	40,8			9,6	1шт/12гр	15,02
43	Печенье сахарное "Юбилейное плюс"	188,4	3,36	6,84	28,08	1шт/40гр	9,26
44	Пирожное "Медвежонок Барни" 30 гр	112,5	1,89	4,5	16,2	1шт/30гр	17,69
45	Шоколад молочный "Детский сувенир" 20 гр.	114	1,5	2,4	11,5	20	13,34
46	Шоколад молочный 25 гр.	132,5	1,25	7,75	14,5	1шт/25гр	21,76
47	Шоколад молочный kinder макс. 21гр	118,86	1,83	7,35	11,24	1шт/21гр	27,11
48	Хлеб "Белый" без глютена	31,8	0,24	0,62	6	15	8,15
49	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
50	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,93
		7 135,18	350,91	258,41	972,99		1 001,04

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)