

Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 г. Томск



Составлено: М. Дроздова  
 (подпись)  
 Директор  
 (подпись)  
 Оклад 10000 руб.  
 (подпись)



**МЕНЮ**

на 9 - 12 Март 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак картофель п/ф

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У *	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)*	95,87	4,18	3,64	11,55	23/10	9,32
2	Фрикасе из индейки	150,68	12,9	10,29	4,33	60	52,49
3	Гречка вязкая отварная с морковью мр*	154,59	4,38	6,22	20,2	155	10,20
4	Напиток тёплый из клубники	56,2	0,16	0,08	13,48	200/12/20	6,90
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	39,4	1,3	0,22	8,08	19,7	1,09
		<b>496,74</b>	<b>22,92</b>	<b>20,45</b>	<b>57,64</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы соленые порционно	7,8	0,48	0,06	1,02	60	17,78
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой/карт п/ф/	324	13,82	18,93	23,7	45/160	55,45
3	Напиток яблочный	71,75	0,1	0,1	17,42	200/15	4,28
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
5	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	60,93	1,78	0,8	9,81	18,5	1,43
		<b>502,48</b>	<b>17,43</b>	<b>20,1</b>	<b>59,74</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом сливочным ( батон в/с)	125,77	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	11,15
2	Минтай запеченный	62,88	0,53	5,15	3,51	85	47,29
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ м.р	244,29	4,36	6,54	42,25	180	10,15
4	Напиток тёплый из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,94
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	52,72	1,74	0,29	10,81	26,3	1,47
		<b>572,06</b>	<b>9,54</b>	<b>19,98</b>	<b>88,41</b>		<b>80,00</b>
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	10,5	0,54	0,09	1,71	30/30	12,25
2	Котлета мясная /говядина, свинина/*	201,16	11,66	13,87	13,04	75	37,09
3	Рагу овощное (карт. п/ф)*	140,74	2,91	5,54	19,62	150	24,58
4	Чай яблочный	57,41	0,08	0,08	13,94	200/12/20	3,67
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
6	Хлеб "Рябиноушка" пшеничный витаминиз.	62,61	1,99	0,32	12,92	24,8	1,35
		<b>510,42</b>	<b>18,43</b>	<b>20,11</b>	<b>69,02</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_ Богомолова Е.Н.  
 (подпись)  
 Технолог \_\_\_\_\_ Шукешева С.В.  
 (подпись)

### МЕНЮ

на 9 - 11 Март 2 022 г. 2-Комплекс 80 завтрак картофель м

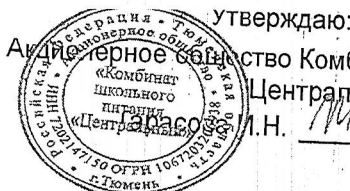
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	* У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы соленые порционно	3,9	0,24	0,03	0,51	30	8,89
2	Бифштекс "По -домашнему"(индейка, свинина)	173,08	12,09	11,77	10,06	80	39,76
3	Рагу овощное (карт. п/ф)*	145,44	3,01	5,72	20,27	155	25,40
4	Чай с шиповником	62,73	0,27	0,11	13,85	200/10	4,05
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	35,14	1,16	0,19	7,2	17,6	0,98
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,92
		<b>463,13</b>	<b>18,13</b>	<b>18,04</b>	<b>60,73</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Витаминный" (капуста пек.,огурцы, томаты, сок лим., сахар, яблоки св., лук зел., масло растит.)*	93,79	1,08	6,12	8,17	80	15,07
2	Фарфале с филе индейки в соусе и сыром	349,27	16,91	9,9	48,64	235	38,90
3	Чайный коктейль из ягод и фруктов (Я-Я)	54,01	0,08		13,25	200	4,59
4	Фрукт мандарин свежий	41,8	0,88	0,22	8,25	110	18,59
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	41,24	1,36	0,23	8,45	20,6	1,15
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	72,38	2,11	0,95	11,66	22	1,70
		<b>652,49</b>	<b>22,42</b>	<b>17,42</b>	<b>98,42</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из свеклы с маслом растительным	53,93	0,96	3,06	5,65	60	6,99
2	Азу из свинины карт.п/ф	353,46	13,88	23,65	20,33	47/160	56,72
3	Напиток бруснично-смородиновый	59,3	0,21	0,12	13,94	200/12	14,34
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	36,58	1,21	0,2	7,5	18,3	1,02
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,93
		<b>546,11</b>	<b>17,62</b>	<b>27,25</b>	<b>56,26</b>		<b>80,00</b>

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

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_  
 Богомолова Е.Н.  
 (подпись)

Технолог \_\_\_\_\_  
 Шукешева С.В.  
 (подпись)



утверждаю:  
 Акционерное общество «Комбинат школьного питания»  
 Центральный цех  
 И.Н. *Masel*



Мною *С.В. Шукешева*  
 (подпись)  
 Директор  
 (подпись)

**МЕНЮ**  
 на 11 - 12 Март 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Горячий бутерброд с сыром /хл пш батон нар/*	128,97	4,23	7,27	11,62	23/5/10	13,90
2	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	267,18	7,5	9,64	37,44	200/8	19,06
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	101,1	3,52	2,95	14,98	200/10	12,79
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	30	0,99	0,17	6,15		0,83
		<b>707,25</b>	<b>24,24</b>	<b>30,03</b>	<b>83,19</b>		<b>80,82</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	10,77
2	Суп картофельный с макаронами, с курицей отварной*	187,37	9,06	9,14	17,1	200/20	26,01
3	Печень "По-строгановски"	148,56	14,34	7,14	8,85	45/45	37,56
4	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	9,05
5	Кисель из смородины	96,97	0,21	0,08	23,47	200/15	12,95
6	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,49	0,48	11,76	120	10,45
7	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,93
		<b>793,57</b>	<b>32,75</b>	<b>21,73</b>	<b>117,31</b>		<b>108,78</b>
		<b>1 500,82</b>	<b>56,99</b>	<b>51,76</b>	<b>200,5</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом и маслом сливочным (батон пш н)*	180,97	1,97	7,94	25,98	23/20/10	17,08
2	Каша пшеничная молочная (жидкая) с маслом	256,78	7,5	8,84	36,44	200/8	18,93
3	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,34
4	Фрукт апельсин свежий	113,95	2,39	0,53	21,47	265	32,73
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	36,22	1,2	0,2	7,43	18,1	1,01
		<b>627,93</b>	<b>13,06</b>	<b>17,51</b>	<b>101,3</b>		<b>71,09</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Нежный" (морковь, огурцы сол., лук зелен. яйцо, масло растит.)	83,77	1,96	7,41	2,02	60	12,88
2	Суп из овощей с зеленым горошком, филе куриным, сметаной	101,69	5,34	4,84	10,48	200/20/5	27,16
3	Плов из говядины	443,96	17,31	23,9	40,22	45/150	66,54
4	Компот из кураги	86,4	1,04	0,06	20,18	200/10	9,94
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	0,93
		<b>796,66</b>	<b>28,26</b>	<b>36,64</b>	<b>89,53</b>		<b>118,51</b>
		<b>1 424,59</b>	<b>41,32</b>	<b>54,15</b>	<b>190,83</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

экономист по ценам \_\_\_\_\_  
 Богомолова Е.Н.  
 (подпись)  
 Технолог \_\_\_\_\_  
 Шукешева С.В.  
 (подпись)

утверждаю: Масел  
 Центральный  
 И.Н. \_\_\_\_\_  
 Акционерное общество «Комбинат школьного питания»  
 Тюменская область, г. Тюмень, ул. Мухоморова, д. 115



Согласовано: \_\_\_\_\_  
 МАСУ сов. г. Тюмень  
 Директор \_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 Для справок



### МЕНЮ

на 9 - 10 Март 2 022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)*	114,77	1,87	0,69	25,84	236/20 дж	7,91
2	Омлет запеченный натуральный с маслом	282,53	15,84	23,02	2,98	150/5	47,96
3	Чай с сахаром и молоком	66,51	1,4	1,25	12,33	200/10	5,45
4	Йогурт в инд. уп.	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
		<b>565,06</b>	<b>23,2</b>	<b>28,09</b>	<b>55,28</b>		<b>88,90</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из пекин. капусты с огурцом и кукурузой	68,7	1,24	5,28	3,86	60	12,08
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками и сыром	147,05	3,89	10,64	8,71	200	27,28
3	Котлета "Лада" /из горбуши/ с маслом	167,81	12,47	12,54	6,28	60/5	27,23
4	Картофель запеченный /из отварного/	169,08	3,42	5,02	27,47	150	24,24
5	Напиток из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200/10	7,68
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	52,16	1,66	0,27	10,76	20,8	1,13
		<b>739,6</b>	<b>24,61</b>	<b>34,24</b>	<b>84,51</b>		<b>100,70</b>
		<b>1 304,66</b>	<b>47,81</b>	<b>62,33</b>	<b>139,79</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	123,97	1,89	6,89	13,48	236/10м	11,53
2	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом	245,96	6,26	10,29	31,51	200/10	20,38
3	Клубнично-вишневый чай	52,67	0,05	0,06	12,89	200/5/5	5,02
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		<b>460,6</b>	<b>9,45</b>	<b>17,45</b>	<b>65,67</b>		<b>37,99</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным	57,78	0,96	5,07	1,6	60	9,89
2	Рассольник "Ленинградский" с говядиной отварной, сметаной	157,22	5,47	7,34	18,55	250/10/5	33,27
3	Биточек из индейки*	231,25	15,66	14,95	15,62	90	53,78
4	Соус сметанный с томатом	25,84	0,45	1,94	3,66	30	3,72
5	Гречка отварная с овощами (м.р.)	159,44	4,88	5,51	22,54	150	11,18
6	Компот из свежих яблок и смородины	59,6	0,13	0,1	14,3	200/12	5,71
7	Фрукт: груша свежая	69,3	0,66	0,5	17,99	165	31,10
8	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
9	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	80,95	2,36	1,06	13,04	24,7	1,90
		<b>879,38</b>	<b>31,82</b>	<b>36,68</b>	<b>115,09</b>		<b>151,61</b>
		<b>1 339,98</b>	<b>41,27</b>	<b>54,13</b>	<b>180,76</b>	<b>Итого за день</b>	<b>189,60</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
 (подпись)  
 Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_  
 Богомолова Е.Н.  
 Технолог \_\_\_\_\_  
 Шукешева С.В.  
 (подпись)