

машу ешш №88
(1 карта)

Ф.В. Омушкин

МЕНЮ

на 18 - 22 Апреля 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак картофель п/ф

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с)	118	1,64	7,85	10,16	20 б/10 м	10,89
2	Сырники из творога п/ф	243,99	21,15	7,48	23,64	110	54,80
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,80
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	9,87
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	22,95	0,76	0,13	4,71	11,5	0,64
		496,72	26,63	18,03	57,34		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом с сыром (хл.Здоровье)*	190	6,55	13,65	9,54	20х/10м/20с	25,74
2	Каша молочная ячневая с маслом	204,86	6,21	6,67	29,45	200/5	15,61
3	Молоко шоколадное /Абсолют/инд. уп.100 мл					100	18,53
4	Чай с сахаром	32,01			7,99	200/8	1,16
5	Фрукт апельсин свежий	62,35	1,31	0,29	11,75	145	17,91
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	36,29	1,07	0,53	6,3	15,4	1,05
		525,51	15,14	21,14	65,03		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	12	0,55	0,1	1,9	50	11,42
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой/карт п/ф/	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	57,61
3	Напиток тёплый грушевый	51,75	0,1	0,08	12,56	200/10	7,58
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	50	1,65	0,28	10,25	25	1,39
5	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	84,78	2,47	1,11	13,66	25,8	2,00
		505,51	17,41	19,16	62,07		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным /хлеб пш. "Рябинушка"/	109,04	1,46	7,47	8,98	17х/10м	10,31
2	Котлета "Лакомка" из индейки	143,63	11,7	10,63	5,04	60	43,52
3	Гречка отварная	248,43	8,79	6,1	39,69	150	15,83
4	Напиток тёплый из клубники и вишни	51,35	0,14	0,14	12,17	200/10	8,93
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	50,92	1,68	0,28	10,44	25,5	1,41
		603,37	23,77	24,62	76,32		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат "Нежный"(морковь,огурцы свежие,яйцо,с маслом)	72,55	1,89	6,41	1,78	50	9,24
2	Биточки мясные с соусом сметанно-томатным /филе индейки, свинина/	182,23	11,27	12,16	11,87	60/30	42,33
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	146,07	3,28	4,91	22,09	150	24,26
4	Чай с сахаром	32,01			7,99	200/8	1,16
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	46,59	1,52	0,3	10,38	23,1	1,55
		519,85	19,26	24	62,41		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк О.М.

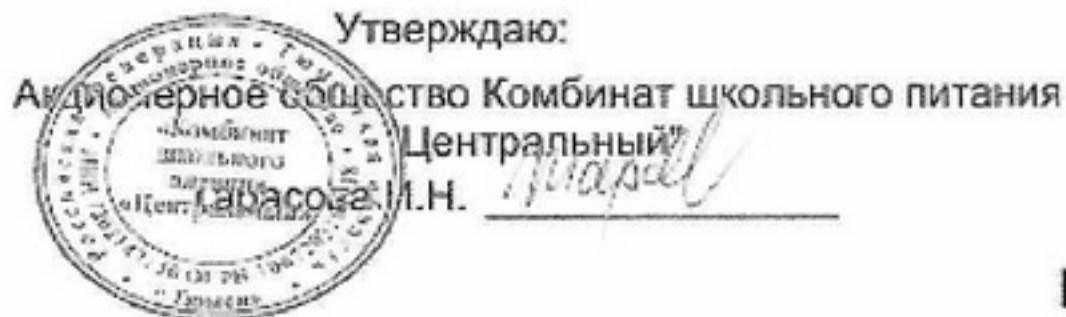
Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Шукешева С.В.



МЕНЮ

на 18 - 22 Апреля 2022 г. 2-Комплекс 80 завтрак картофель п/ф

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Икра овощная	60,59	0,93	3,81	5,5	50	7,01
2	Чахохбили "По-школьному" из индейки	171,75	13,97	10,93	4,21	50/50	53,94
3	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	9,05
4	Напиток апельсиново-облепиховый	68,5	0,26	0,7	11,71	200/10	7,96
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	44,98	1,43	0,23	9,28	17,9	0,98
		600,65	23,46	20,28	76,85		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,05	0,39	0,06	1,05	55	9,87
2	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины	172,22	9,48	11,89	11,38	60	34,54
3	Картофель тушеный (картофель п/ф)	150,9	3,25	4,38	24,42	150	26,52
4	Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	50	0,13		12,11	200/10	6,31
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	41,73	1,23	0,6	7,25	17,7	1,22
6	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
		472,1	16,11	17,43	65,55		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с*)	125,77	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	11,15
2	Запеканка из творога*	317,77	19,66	15,34	29,41	150	54,24
3	Соус клубничный	22,28	0,09	0,05	5,25	20	3,80
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	9,87
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	33,71	1,11	0,19	6,91	16,9	0,94
		589,03	25,72	26,04	66,81		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Салат из квашеной капусты с клюквой и яблоками	63,41	0,93	3,6	6,29	70	14,60
2	Азу из свинины "По-новому"	258,27	12,45	21,37	3,12	50/50	51,71
3	Рис припущенный м.р	220,45	3,68	5,77	38,85	150	6,17
4	Чай с сахаром и молоком	58,51	1,4	1,25	10,34	200/8	5,27
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
6	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	55,19	1,75	0,28	11,39	21,9	1,19
		693,83	21,46	32,48	77,78		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих томатов и огурцов с маслом	56	0,58	5,09	1,81	30/35/5	14,20
2	Горбуша запеченая	169,62	19,48	8,13	3,31	80	34,62
3	Кус-кус с овощами/лук, морковь/ м.р.	204,03	4,13	8,81	26,35	150	19,09
4	Напиток из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,76
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	30,3	0,98	0,17	6,23	15	1,09
6	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	36,97	1,21	0,24	8,24	18,3	1,24
		575,32	27,42	22,5	64,12		80,00

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

(подпись)

Грицюк О.М.

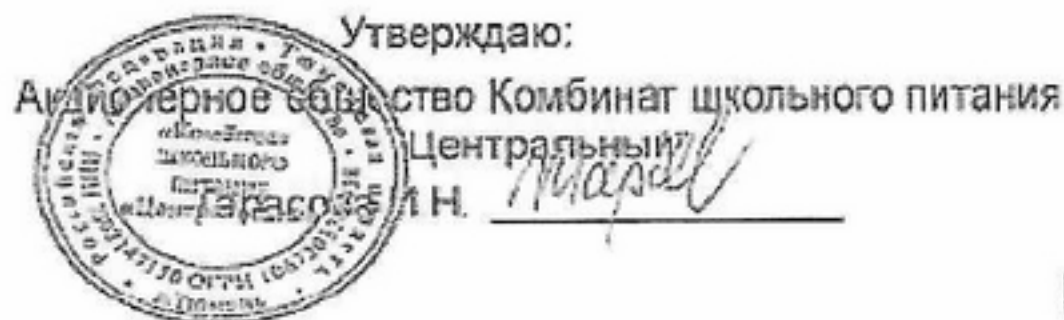
Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Шукшова С.В.



МЕНЮ

на 18 - 19 Апреля 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак, обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У*	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом и сыром (батон в/с)	162,07	4,28	10,89	11,69	23/10/10	18,49
2	Каша овсяная с грушей, маслом сливочным	214,71	6,68	8,02	29,04	200/5	21,44
3	Чай с апельсинами	42,16	0,04	0,01	10,39	200/10/5	2,21
4	Йогурт в инд. уп.	101,25	4,09	3,13	14,13	125	27,58
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	19,89	0,66	0,11	4,08	10	0,55
		540,08	15,75	22,16	69,33		70,27
Обед							
1	Салат из свежих овощей с маслом растительным (томаты, огурцы, зелень свеж, с маслом раст.)	54,47	0,5	5,08	1,54	25/30/5/0,5 з	12,38
2	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	85,61	1,78	5,29	10,31	200/10	15,18
3	Бифштекс "По-домашнему"/индейки, свинина/ с маслом	227,81	13,65	16,87	11,38	90/5	52,11
4	Гречка отварная	248,43	8,79	6,1	39,69	150	15,83
5	Напиток витаминизированный	33,3			8,64	200	6,56
6	Зефир воздушный 12 гр	40,8			9,6	1шт/12гр	15,02
7	Батон нарезной из муки в/с вит.	59,57	1,77	0,69	11,52	23	1,61
8	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	22,59	0,75	0,12	4,63	11,3	0,64
		772,58	27,24	34,15	97,31		119,33
		1 312,66	42,99	56,31	166,64	Итого за день	189,60
Вторник							
Завтрак							
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 молочная ячневая с маслом	237,96	6,26	10,29	29,52	200/10	20,19
3	Какао-напиток молочный с витамином С.	93,1	3,52	2,95	12,98	200/8	12,81
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	42,11	1,24	0,61	7,31	17,9	1,23
		554,14	12,99	21,79	75,79		51,11
Обед							
1	Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы сол, зел горошек, масло р)	86,1	0,82	7,16	4,49	60	11,04
2	Суп-пюре из картофеля с гренками*	234,44	7,06	5,51	38,92	200/20	21,51
3	Котлета "Лакомка" из индейки с маслом	248,55	17,6	19,57	7,63	90/5	69,87
4	Макаронные изделия отварные*	216,83	5,62	4,4	38,36	150	9,05
5	Сок восстановленный	90			22,4	200	7,72
6	Фрукт киви свежее	42,3	0,72	0,36	7,29	90	16,38
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	47,08	1,38	0,68	8,17	20	1,38
8	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,2	1,63	0,5	9,34	20	1,54
		1 016,5	34,83	38,18	136,6		138,49
		1 570,64	47,82	59,97	212,39	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешова С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 20 - 21 Апреля 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с)	125,77	1,87	7,94	11,66	23 б/10 м	11,15
2	Запеканка из творога*	317,77	19,66	15,34	29,41	150	54,24
3	Молоко сгущеное с сахаром	66	1,36	1,7	11,2	20	6,14
4	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	9,87
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
		637,04	27,13	27,71	73,64		82,46
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	10,77
2	Уха "Рыбацкая" с горбушей /филе/м.раст.	158,31	13,99	5,65	12	200/50	31,55
3	Печень, тушеная в соусе с овощами	143,81	12,72	7,89	4,58	85	35,61
4	Каша перловая с овощами /лук, морковь/	198,94	4,36	6,81	29,89	150	13,48
5	Компот из смородины	51	0,25	0,1	11,81	200/10	13,24
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
7	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	60,54	1,77	0,79	9,75	18,4	1,43
		657,2	34,76	21,51	76,96		107,14
		1 294,24	61,89	49,22	150,6	Итого за день	189,60
Четверг							
Завтрак							
1	Бутерброд с сыром (батон в/с)*	95,87	4,18	3,64	11,55	23/10	9,32
2	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	285,37	5,74	10,49	41,06	200/10	21,36
3	Чай с сахаром и молоком	58,51	1,4	1,25	10,34	200/8	5,27
4	Десерт творожный /Абсолют/ в инд. уп.	180	8	10	13	100	34,24
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	37,9	1,25	0,21	7,77	19	1,05
		657,65	20,57	25,59	83,72		71,24
Обед							
1	Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	58,15	0,61	5,11	2,09	55/5	13,63
2	Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной	108,49	2,15	5,3	15,64	250/10	18,58
3	Котлета рубленая / свинина/ с маслом*	285,82	13,33	21,71	15,71	90/5	48,37
4	Пюре картофельное	146,07	3,28	4,91	22,09	150	21,11
5	Компот грушевый со смородиной	58,5	0,22	0,13	13,8	200/10	14,57
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витаминиз.	38	1,25	0,21	7,79	19	1,06
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминиз.	48,23	1,53	0,25	9,95	19,1	1,04
		743,26	22,37	37,62	87,07		118,36
		1 400,91	42,94	63,21	170,79	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

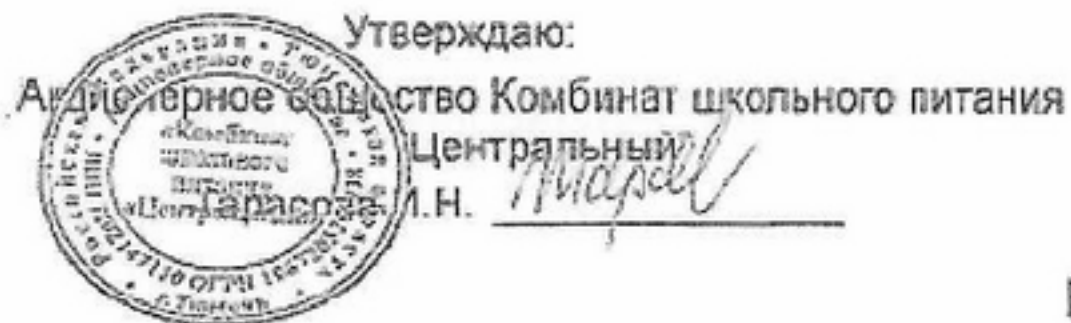
Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 22 - 23 Апреля 2022 г. 1-Комплекс 189,60 завтрак + обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом и маслом сливочным (батон пш н)*	180,97	1,97	7,94	25,98	23/20/10	17,08
2	Паста со сливочным соусом, сыром	334,75	11,5	11,42	47	210	23,81
3	Чай с сахаром	32,01			7,99	200/8	1,16
4	Шоколад молочный 25 гр.	132,5	1,25	7,75	14,5	1шт/25гр	21,76
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
		720,63	16,02	27,33	103,77		65,27
Обед							
1	Салат из квашеной капусты с брусникой и яблоками	54,36	0,83	3,09	5,35	60	14,31
2	Суп из овощей с зеленым горошком, говядиной, сметаной	138,95	5,2	7,97	14,26	250/10/10	32,70
3	Минтай запеченный	66,58	0,56	5,45	3,72	90	50,07
4	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/	230,21	4,42	4,91	42,33	180	14,34
5	Компот из кураги	78,4	1,04	0,06	18,18	200/8	9,76
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,46
7	Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	50,79	1,66	0,33	11,32	25.1	1,69
		659,69	15,01	22,03	103,46		124,33
		1 380,32	31,03	49,36	207,23	Итого за день	189,60
Суббота							
Завтрак							
1	Бутерброд с джемом (батон пш н)*	114,77	1,87	0,69	25,84	23б/20 дж	7,91
2	Каша пшенная молочная (жидкая) с маслом	272,42	7,52	11,09	35,47	200/10	20,71
3	Кофейный напиток с молоком	89,5	2,99	2,52	13,58	200/8	9,87
4	Фрукт груша свежая	60,9	0,58	0,44	15,81	145	27,33
5	Шоколад молочный 25 гр.	132,5	1,25	7,75	14,5	1шт/25гр	21,76
		670,09	14,21	22,49	105,2		87,58
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом, зеленью	64,47	0,5	5,08	1,54	25/30/5/0,5 з	12,38
2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	137,88	2,95	4,82	21,89	250/10	20,87
3	Котлета мясная /говядина, свинина/*	160,93	9,32	11,1	10,43	60	34,64
4	Рагу овощное*	150,12	3,11	5,91	20,93	160	23,51
5	Напиток из клубники	50,25	0,2	0,1	11,86	200/10	8,16
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшеничный витаминиз.	32,4	1,07	0,18	6,64	16,2	0,90
7	Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	51,38	1,63	0,5	9,37	20	1,56
		637,43	18,78	27,69	82,66		102,02
		1 307,52	32,99	50,18	187,86	Итого за день	189,60

Повар-бригадир

(подпись)

Экономист по ценам

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Шукешева С.В.

(подпись)