



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Грицкова Л.Н. *Масел*

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 23 - 27 Сентября 2 024 г. Комплекс №1 Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	16,18
2	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	248,65	10,86	9,26	28,43	250/10/10/1	20,58
3	Тефтели мясные запеченные в томатно-сметанном соусе	204,59	10,76	12,16	13,03	90	39,96
4	Картофельные дольки запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	17,89
5	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
6	Хлеб пшеничный "Изобилие"	49,86	1,46	0,47	9,97	18	2,32
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36,69	1,21	0,2	7,52	18	1,55
8	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	36,19
		820,51	28,5	24,15	120,41		138,40
Вторник							
Обед							
1	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
2	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	Плов из филе куриного	209,22	11,44	4,64	31,52	40/150	40,76
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	64,02	2,14	0,66	12,35	26	2,82
6	Хлеб ржаной "Московский"	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
		556,7	25,23	11,48	89,39		138,40
Среда							
Обед							
1	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10	41,73
3	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50	38,21
4	Пюре картофельное	154,05	3,55	5,04	23,37	160	24,34
5	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	6,16
6	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,96	1,64	0,53	11,19	20	2,60
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
		671,8	24,39	25,6	84,68		138,40
Четверг							
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	122,67	4	7,82	8,78	200/10/10/1	21,96
3	Рыбные палочки из филе минтая	165,74	10,19	7,1	15,01	95	54,84
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	151,16	4,59	4,01	23,86	130	8,70
5	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
6	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	42,46	1,31	0,41	8,4	18	1,84
8	Батончик фруктовый натуральный "Банан-Чиа-Подсолнечник"	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,31
		651,25	23,58	21,71	88,5		138,40
Пятница							
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	22,84
3	Биточки мясные	213,11	13,41	11,52	13,94	90	52,36
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Напиток из смородины	41,25	0,25	0,1	9,83	200	16,76
6	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	30,33	0,98	0,17	6,23	15	1,22
		578,75	23,5	30,15	64,59		138,40

Шеф-повар

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

Начальник отдела

Степанович В.Ю.