Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Новикова О.А. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 5 - 9 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Обед						
1	001122	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	45,65
3	001745	Гуляш мясной	188,98	11,1	14,12	3,75	50/50	44,67
4	001366	Макаронные изделия отварные (рожки)	271,15	7,16	5,22	48,9	160	11,91
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
6	000111	Сок яблочный прямого отжима осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	19,99
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,98
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			823,27	**31,77**	**26,19**	**114,71**		**138,40**
Вторник								
		Обед						
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	60	9,53
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/1	35,51
3	003513	Фрикассе из филе куриного	164,36	13,92	10,1	4,29	40/50	61,54
4	001036	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	9,55
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	17,28
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,04
7	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	37,74	2,33	0,48	6,04	17	2,95
			752,52	**30,7**	**31,19**	**85,73**		**138,40**
Среда								
		Обед						
1	001408	Салат "Витаминный" из свежей капусты	32,63	0,1	3,01	1,27	60	5,24
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/1	31,48
3	002701	Котлета из белой рыбки	249,22	13,29	18,98	6,31	90	53,50
4	003172	Плов овощной	205,6	4,7	3,15	43,78	150	15,72
5	004019	Напиток "Вкус лета"	44	0,08	0,02	10,7	200	11,20
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,91
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21	3,14
			972,11	**36,6**	**39,18**	**119,61**		**138,40**
Четверг								
		Обед						
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	9	0,44	0,1	1,34	50	7,76
2	002629	Суп-пюре из картофеля с гренками	195,52	5,79	7,19	26,3	250/10	29,63
3	001078	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	86,26
4	004018	Напиток "Вишенка"	44	0,08	0,02	10,88	200	11,20
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24	3,55
			699,22	**21,64**	**44,49**	**93,49**		**138,40**
Пятница								
		Обед						
1	002390	Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим	77,76	1,7	5,19	5,95	100	8,96
2	003922	Рассольник "Ленинградский" с курицей, сметаной и зеленью	162,76	5,84	9,65	12,9	250/10/10/1	28,00
3	001343	Мясо свинины тушеное с овощами	193,29	11,3	14,4	3,93	50/50	45,36
4	001329	Булгур припущенный	182,51	4,9	4,23	30,76	150	13,11
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
6	002039	Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	92			23	1шт/200 мл	30,16
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,98
			899,72	**28,07**	**34,29**	**117,69**		**138,40**

Шеф-повар _____
(подпись)

Старший калькулятор _____ Грицюк О. М.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)