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

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 12 - 16 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Обед						
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	72,75	0,76	6,4	2,91	100	15,30
2	001306	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	214,43	8,79	8,67	24,29	250/10	44,70
3	003701	Наггетсы куриные хрустящие	181,95	8,03	10,23	14,45	3 шт/26 гр	50,85
4	001365	Макаронные изделия отварные	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
5	004018	Напиток "Вишенка"	44	0,08	0,02	10,88	200	11,20
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,91
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	2,27
			853,73	**27,24**	**30,92**	**115,5**		**138,40**
Вторник								
		Обед						
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	15,4	0,7		3,15	35	13,61
2	002009	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	120,46	5,56	5,55	12,05	200/20/1	28,96
3	000185	Гречка по-купечески	331,36	15,32	17,07	28,07	40/170	41,47
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	5,50
5	000130	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	43,62
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19	2,33
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			698,82	**25,25**	**23,67**	**95,01**		**138,40**
Среда								
		Обед						
1	004015	Огурцы консервированные	7,2			1,8	60	17,64
2	002011	Суп-лапша с курицей и зеленью *	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,88
3	002369	Филе минтай тушеный в томате с овощами	121,06	12,82	5,66	4,63	100	54,49
4	001873	Пюре картофельное	166,51	3,98	4,93	26,28	180	28,69
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	45,98	1,54	0,48	8,87	19	2,83
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	4,93
			653,28	**30,35**	**23,82**	**78,45**		**138,40**
Четверг								
		Обед						
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	12,6	0,61	0,14	1,88	70	10,86
2	002891	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	187,78	7,81	11,42	13,52	250/20/10/1	55,39
3	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	36,21
4	001329	Булгур припущенный	219,01	5,88	5,08	36,91	180	15,73
5	003895	Напиток вишнёвый	42	0,04		10,4	200	14,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23	3,39
			728,44	**27,5**	**29,33**	**87,2**		**138,40**
Пятница								
		Обед						
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом,сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1	32,75
3	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	56,20
4	001330	Рис припущенный	212,52	4,54	4,09	44,11	160	12,98
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
6	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,44
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	2,21
			847,68	**27,55**	**33,65**	**112,57**		**138,40**

Шеф-повар _____
(подпись)

Старший калькулятор _____ Грицюк О. М.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)