

МЕНЮ

на 3 - 7 Февраля 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Тост с сыром "Гауда"	99,4	5,48	4,09	10,14	19/14,5	18,34
3	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	222,66	6,86	8,08	30,17	240/5	28,49
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
6	Сэндвич с вареной сгущенкой	202,5	3,3	6,8	31,5	60	29,76
		655,85	18,68	27,81	81,47		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	Котлета "Белорусская"	181,99	10,3	11,02	10,4	90	39,05
3	Пюре картофельное	166,49	3,98	4,93	26,27	180	26,11
4	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200	2,62
5	Хлеб пшеничный "Изобилие"	62,63	1,83	0,59	12,53	23	2,91
6	Печенье затяжное Мария 22 г. в инд. уп.	87,56	1,76	1,89	16,72	1шт/22гр	7,07
		541	18,84	18,51	75,32		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,84	1,4	4,07	3,32	80	13,78
2	Фрикассе из филе куриного	158,48	11,65	10,28	4,66	50/50	54,93
3	Гречка отварная рассыпчатая	186,05	5,65	4,94	29,37	160	10,71
4	Напиток смородиновый с яблоком	42	0,13	0,1	10,13	200	7,62
5	Йогурт печеное яблоко питьевой инд. уп.80г	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	Хлеб пшеничный Подовый	63,54	1,99	0,21	13,36	25	2,36
		567,11	23,06	21,6	69,64		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Котлета из белой рыбки	245,71	13,27	19,23	4,9	90	42,47
2	Картофельные шарики отварные	162,18	3,35	4,52	26,94	160	25,31
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
5	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	40,63	1,52	0,59	7,05	17	2,54
6	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	16,77
		544,11	21,72	26,09	54,46		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Поджарка из мяса (свинина) п/ф	235,14	12,89	16,59	7,84	50/50	57,25
2	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
3	Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	42,5	0,13	0,1	10,25	200	9,10
4	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42,84	1,41	0,24	8,78	21	1,81
5	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
6	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,30
		535,79	20,82	23,42	56,24		107,70

Шеф-повар _____ (подпись)

Старший калькулятор _____ Грицок О.М. (подпись)

Мед. работник _____ (подпись)

Начальник отдела безопасности _____ Степанавичус В.Ю. (подпись)



Утверждаю:
 АО Комбинат школьного питания "Центральный"
 Тарасова И.Н. _____



МЕНЮ

на 3 - 7 Февраля 2 025 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Угле	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001956	Чахохбили из филе куриного с томатами	111,9	12,19	4,94	4,56	65/50	52,71
2	001331	Гречка отварная рассыпчатая	197,68	6,01	5,25	31,2	170	11,38
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,15	1,52	0,47	9,73	20	2,13
7	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,30
			532,74	25,27	14,58	71,05		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001717	Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом сливочным	190,24	6,49	8,24	21,53	200/2/5	35,28
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир) 80мл	53,2	2,4	2	6,4	1шт/80 мл	16,64
5	000080	Фрукт банан свежий	182,4	2,85	0,95	39,9	190	41,95
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	44,5	1,49	0,46	8,59	18	1,95
			536,45	13,33	18,9	76,56		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001337	Поджарка из мяса (свинина) п/ф	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	51,53
2	001317	Картофельные шарики запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	18,67
3	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
4	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	41,73	1,31	0,14	8,78	17	1,55
6	000050	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,07
			570,45	19,83	22,53	71,33		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	57,22
2	000924	Напиток из смородины и яблок	49,8	0,22	0,16	11,67	200	12,33
3	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	61,75	2,31	0,89	10,72	26	3,86
5	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
			560,67	21,74	19,65	73,87		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	002685	Запеканка из творога	305,09	24,54	10,55	26,6	150	69,12
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000028	Хлеб пшеничный тостовый	45,97	1,43	0,4	9,14	17	1,73
5	000049	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
6	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
			554,8	27,12	21,64	60,83		107,70

Шеф-повар _____

(подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Старший
калькулянт _____

(подпись)

Начальник отдела
безопасности _____

(подпись)

Грицюк О.М.

Степанавичус В.Ю.



Директор
И.Н. Маслов

Директор



МЕНЮ

на 3 - 4 Февраля 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр.		11,25
2	Тост с сыром "Гауда"	99,37	5,48	4,09	10,13	19/14,5		18,34
3	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	222,66	6,86	8,08	30,17	240/5		28,49
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,08
6	Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"	84	0,42	3,15	13,58	1шт/70гр		36,20
		538,52	14,4	23,04	67,73			99,45
Обед								
1	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80		13,78
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10		41,73
3	Мясо свинины тушеное в соусе "По-венгерски" п/ф	190,43	12,15	14,32	2,53	50/40		46,24
4	Булгур припущенный	176,41	4,73	4,09	29,74	145		17,95
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл		22,57
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	51,99	1,74	0,54	10,03	21		2,29
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,09
		784,11	27,65	30,02	98,74			146,65
		1 322,63	42,05	53,06	166,47	Итого за день		246,10
Вторник								
Завтрак								
1	Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом сливочным с01.10	190,24	6,49	8,24	21,53	200/2/5		35,28
2	Чай гречишный	0,01				200		0,63
3	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир) 80мл	53,2	2,4	2	6,4	1шт/80 мл		16,64
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
5	Блинчики с яблоком	225,74	3,22	6,75	39,23	80		35,87
		517,59	13,73	17,49	76,5			90,55
Обед								
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью п/ф	186,45	7,7	11,32	13,52	250/20/10/1		47,11
3	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5		78,19
4	Напиток апельсиновый	41,75	0,23	0,05	10,03	200		6,54
5	Хлеб ржаной "Московский"	36,5	1,42	0,25	7,1	20		1,70
		669,8	23,42	48,34	76,72			155,55
		1 187,39	37,15	65,83	153,22	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Старший калькулятор _____
(подпись)

Начальник отдела безопасности _____
(подпись) Степанавичус В.Ю.

МЕНЮ

на 5 - 6 Февраля 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед **ОВЗ с 7-11 лет**

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда								
Завтрак								
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр		11,25
2	Запеканка из творога	306,44	24,82	10,76	26,22	150		68,79
3	Какао-напиток молочный с витамином С	91,7	4,32	3,45	9,98	200		18,70
4	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20		1,87
5	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	без НДС	18,08
6	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр		6,43
		634,22	31,79	25,11	67,68			123,12
Обед								
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80		28,19
2	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1		31,39
3	Запеканка картофельная с минтаем	220,68	14,48	5,38	28,44	190		56,11
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200		3,73
5	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20		1,87
6	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	42,22	1,36	0,23	8,67	21		1,69
		601,39	25,15	22,49	73,84			122,98
		1 235,61	56,94	47,6	141,52			246,10
Итого за день								
Четверг								
Завтрак								
1	Каша гречневая с тушеным мясом и овощами	357,78	18,12	16,49	33	50/150		52,24
2	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
3	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,50
4	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	42,23	1,58	0,61	7,33	18		2,64
5	Батончик фруктовый "Успел списать" (финики-кокос)	128,4	1,77	6,33	15,45	1шт/30 гр	без НДС	24,02
6	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45		16,77
		636,44	25,77	25,24	74,19			100,26
Обед								
1	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12		37,18
2	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		22,84
3	Котлета "По-деревенски"	153,73	9,78	10,42	5,21	90		38,71
4	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150		19,04
5	Напиток яблочный	44,25	0,1	0,1	10,45	200		7,30
6	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80		17,52
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,77
8	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	23,57	0,88	0,34	4,09	10		1,48
		624,44	20,19	29,05	80,82			145,84
		1 260,88	45,96	54,29	155,01			246,10
Итого за день								

Шеф-повар

(подпись)

(подпись)

Старший калькулятор

(подпись)

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

(подпись)

Начальник отдела безопасности

(подпись)

(подпись)

Степанавичус В.Ю.



МЕНЮ

на 7 - 8 Февраля 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25		9,68
2	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным	212,06	6,31	7,29	29,74	160/40/5		37,65
3	Чай с лимоном и сахаром	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,45
4	Йогурт печеное яблоко питьевой инд. уп.80г	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл		18,30
5	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80		17,52
6	Хлеб пшеничный тостовый	107,89	3,37	0,93	21,46	40		4,07
		467,89	14,07	13,64	71,61			89,67
Обед								
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
2	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		34,42
3	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским п/ф	217,93	12,84	16,37	4,09	50/40		55,63
4	Полба припущенная	192,3	5,56	4,47	32,53	140		18,92
5	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200		11,42
6	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20		2,00
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	35,8	1,18	0,2	7,34	18		1,51
		694,59	31,63	27,54	79,17			156,43
		1 162,48	45,7	41,18	150,78			246,10
Итого за день								
Суббота								
Завтрак								
1	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		49,52
2	Цикорий с молоком	94,2	3,72	3	12,18	200		16,05
3	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,77
4	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр		6,44
5	Блинчики мини	69,92	1,48	2,69	9,67	42		15,64
		515,06	22,49	25,64	47,1			89,42
Обед								
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью п/ф	158,31	5,27	7,87	16,31	250/10/1		31,10
3	Рыбные палочки из филе минтая	165,74	10,19	7,1	15,01	95		54,84
4	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150		21,76
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл		22,57
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,50
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	46,55	1,74	0,67	8,08	20		2,90
		656,18	22,4	20,06	95,63			156,68
		1 171,24	44,89	45,7	142,73			246,10
Итого за день								

Шеф-повар _____
 (подпись)

Старший калькулятор _____
 (подпись)

Мод. работник _____
 (подпись)

Начальник отдела безопасности _____
 (подпись) Степановичус В.Ю.