



утверждаю:  
 АС Комбинат Центрального питания "Центральный"  
 Л.Н. Мисурда

Директор



# МЕНЮ

на 14 - 15 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Тост двойной "Дуэт" с сыром "Гауда"	179,82	11,51	8,18	15,03	17/17/29	36,92
3	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
4	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,12
		<b>566,29</b>	<b>22,31</b>	<b>25,67</b>	<b>61,09</b>		<b>89,99</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы ) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
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	Азу из мяса (свинина)	176,74	9,94	13,21	3,93	40/50	39,55
4	Рис припущенный	177,16	3,19	3,59	32,19	130	13,18
5	Сок яблоко-виноград для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	78,77	2,64	0,81	15,2	33	3,47
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,95
		<b>797,5</b>	<b>24,31</b>	<b>29,95</b>	<b>105,44</b>		<b>156,11</b>
		<b>1 363,79</b>	<b>46,62</b>	<b>55,62</b>	<b>166,53</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	24,77
2	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
4	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
5	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	2,73
6	Блинчики с вишней	225,74	3,22	6,75	39,23	80	39,96
		<b>570,81</b>	<b>15,51</b>	<b>16,82</b>	<b>90,88</b>		<b>88,99</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью	209,86	8,5	11,54	17,79	250/20/10/	54,07
3	Фрикассе из филе куриного	137,15	10,33	9,24	3,01	45/45	50,15
4	Макаронные изделия отварные (улитки)	255,81	6,71	4,89	45,84	150	14,78
5	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
6	Хлеб пшеничный Подовый	84,81	2,66	0,28	17,84	34	3,15
7	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	2,72
		<b>787,56</b>	<b>31,66</b>	<b>26,71</b>	<b>103,88</b>		<b>157,11</b>
		<b>1 358,37</b>	<b>47,17</b>	<b>43,53</b>	<b>194,76</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

(подпись)

Старший  
 калькулятор

Богомолова Е.Н.  
 (подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_  
 (подпись)

Начальник отдела

Степановичус В.Ю.  
 (подпись)

## МЕНЮ

на 16 - 17 Октября 2024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
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	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
3	Какао-напиток молочный с витамином С	91,7	4,32	3,45	9,98	200	18,70
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
5	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
6	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
		<b>481,33</b>	<b>10,59</b>	<b>20,11</b>	<b>62,92</b>		<b>122,75</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы ) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10	32,06
3	Запеканка картофельная с рыбой	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 витаминиз. "Рябинушка"	47,32	1,5	0,24	9,76	19	1,66
6	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	1,60
		<b>601,88</b>	<b>25</b>	<b>22,5</b>	<b>74,11</b>		<b>123,35</b>
		<b>1 083,21</b>	<b>35,59</b>	<b>42,61</b>	<b>137,03</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Плов с мясом (свинина)	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	50,89
2	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	84,7	2,84	0,88	16,35	35	3,73
4	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
5	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
6	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
		<b>632,83</b>	<b>23,74</b>	<b>23,03</b>	<b>82,84</b>		<b>92,17</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
2	Суп-лапша с курицей и зеленью	237,58	10,7	12,21	20,93	250/20/1	28,05
3	Котлетка мясная с маслом сливочным	217,44	12,44	16,75	4,22	90/5	58,32
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Напиток грушевый с яблоком	43,3	0,16	0,14	10,02	200	10,90
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	84,7	2,84	0,88	16,35	35	3,73
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	42,1	1,35	0,23	8,65	21	1,68
		<b>695,98</b>	<b>30,77</b>	<b>31,63</b>	<b>71,47</b>		<b>153,93</b>
		<b>1 328,81</b>	<b>54,51</b>	<b>54,66</b>	<b>154,31</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

  
 (подпись)

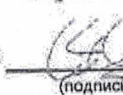
Мед. работник

\_\_\_\_\_  
 (подпись)

Старший  
 калькулятор

  
 Богомолова Е.Н.  
 (подпись)

Начальник отдела

  
 Степановичус В.Ю.  
 (подпись)



Комбинат детского питания "Центральный"  
г. Ярославль  
И.Н. Марод

Директор

Сотласовано

(подпись)

## МЕНЮ

на 18 Октября 2024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет



№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	мест	Цена
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
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"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5		18,08
3	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным 01.10	184,55	6,08	7,59	21,92	200/2/5		33,97
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
5	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл		18,30
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,09
		<b>469,89</b>	<b>15,26</b>	<b>21,36</b>	<b>53,56</b>			<b>86,78</b>
<b>Обед</b>								
1	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		57,15
2	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		34,42
3	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50		38,21
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	174,42	5,3	4,63	27,53	150		10,04
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200		15,44
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	56,44	1,79	0,29	11,65	22		1,98
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,08
		<b>700,78</b>	<b>29</b>	<b>23,93</b>	<b>91</b>			<b>159,32</b>
		<b>1 170,67</b>	<b>44,26</b>	<b>45,29</b>	<b>144,56</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Старший  
калькулятор

(подпись) Богомолова Е.Н.

Начальник отдела

(подпись) Степановичус В.Ю.