



Утверждаю:
 Директор
 Барасова И.Н. _____



Согласовано:

 (подпись)

МЕНЮ

на 2 - 6 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	61,84	0,65	5,44	2,47	85	29,95
2	001681	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5	72,97
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	79,15	2,44	0,76	15,67	33	3,42
			546	16,59	44,2	61,64		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	001674	Жаркое "По-домашнему"со свинойной"	278,52	14,35	15,3	20,04	50/150	58,27
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63,57	2,02	0,33	13,12	25	2,23
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,07
			460,69	19,23	16,56	57,29		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
2	001614	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	43,26
3	001045	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
4	002038	Напиток яблочно-вишнёвый	43,4	0,14	0,11	10,3	200	6,93
5	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	54,12	1,7	0,18	11,38	21	2,01
			649,31	22,26	15,78	102,84		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001770	Рыба припущенная (минтай)	99,65	21,92	1,1	0,49	90	65,93
2	001761	Пюре картофельное на рисовом молоке Диета БМ	153,27	2,6	5,93	22,29	150	18,75
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	43,83	1,64	0,63	7,61	19	2,74
			375,56	28,42	8,32	45,73		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002335	Филе куриное тушеное БГ	121,3	11,46	5,74	5,76	50/45	48,35
2	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
3	000166	Напиток из ягод (клубника,вишня,яблоко)	42,5	0,13	0,1	10,25	200	9,10
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
6	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	34,08	1,1	0,19	7	17	1,36
7	000053	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
			414,26	18,61	9,9	61,08		107,70

Шеф-повар _____
 (подпись)

Калькулятор _____
 (подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник _____
 (подпись)

Начальник отдела _____
 (подпись) Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:
 АО Комбинат школьного питания "Центральный"
 Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*



Согласовано:
 Директор
 (подпись)

МЕНЮ

на 2 - 3 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	27,20
2	000252	Каша из 5 злаков с клубникой на рисовом молоке	174,37	2,03	7,77	24,07	200/2/5	33,63
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	000074	Фрукт яблоко свежее	42,3	0,42	0,36	8,82	90	13,10
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
			390,28	14,09	17,79	42,95		76,35
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	72,75	0,77	6,4	2,91	100	35,24
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
3	001341	Печень тушенная с овощами	137,15	15,59	5,19	6,8	60/40	49,37
4	001607	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150	9,99
5	002108	Сок мультифрукт для детей 200мл ТМ "Сады Придонья"	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,96	1,54	0,48	9,89	21	2,17
			790,63	26,31	24,99	113,5		169,75
			1 180,91	40,4	42,78	156,45	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	001059	Каша на рисовом молоке "Дружба"	206,8	2,75	7,87	31,87	200/5	24,56
2	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	000083	Фрукт киви свежие	49,35	0,84	0,42	8,51	105	29,55
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	001712	Мёд натуральный в инд. уп.10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
7	001258	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	100	4,62
			592,1	12,3	13,74	103,33		75,00
Обед								
1	001422	Капуста морская Нори Original 3гр	16,5	0,44	1,34	0,69	3	52,00
2	001821	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БГ, БМ	174,91	7,52	10,41	12,88	250/20/1	47,82
3	001614	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	102,72	11,21	4,68	3,71	45/45	43,07
4	001612	Макаронные изделия отварные (улитки) БМ	323,44	7,99	7,76	54,92	180	10,50
5	002242	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200	8,62
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	51,74	1,64	0,27	10,68	21	1,82
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,62	1,62	0,5	10,41	22	2,27
			762,68	30,62	25,09	103,04		171,10
			1 354,78	42,92	38,83	206,37	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Калькулятор

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела

(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

ДО Комбинат школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н. _____

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 4 - 5 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
2	000800	Напиток кокосовый с какао с вит С	77,4	1,45	3,54	10,1	200	30,68
3	000086	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
4	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
5	000049	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,07
			501,97	19,18	25,76	47,51		135,84
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	002328	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом говядины и зеленью	123,22	4,65	7,81	8,5	250/10/1	26,25
3	001771	Запеканка картофельная с рыбой БМ	199,2	15,19	2,04	29,86	200	52,91
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,19	1,84	0,71	8,54	21	3,08
			496,07	24,26	10,84	74,96		110,26
			998,04	43,44	36,6	122,47	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	16,51
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	300,92	14,48	12,58	31,97	40/150	46,01
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	49,94	1,67	0,52	9,64	21	2,20
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47,99	1,8	0,69	8,33	20	3,00
6	000050	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 гр	16,08
			496,86	19,37	17,35	64,53		36,89
Обед								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	22,84
3	002327	Филе куриное тушеное	131,94	12,43	6	7,05	55/45	52,16
4	001347	Овощи тушеные	60,79	2,91	1,43	8,92	165	16,68
5	002243	Напиток Рябинка	45	0,28	0,08	8,8	200	8,06
6	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,51	1,69	0,52	9,75	21	2,23
8	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47,99	1,8	0,69	8,33	20	3,00
			575,53	23,55	22,79	78,07		159,21
			1 072,39	42,92	40,14	142,6	Итого за день	246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Калькулятор _____

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник _____

(подпись)

Начальник отдела _____

(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н. _____



Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 6 - 7 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	002356	Каша геркулесовая на рисовом молоке с черникой и яблоком БМ	183,07	2,41	8,62	23,93	200/2/5	32,92
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	000080	Фрукт банан свежий	182,4	2,85	0,95	39,9	190	41,95
4	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
			434,26	6,9	9,75	78,64		79,83
Обед								
1	001323	Томаты Черри свежие	9	0,44	0,1	1,35	50	35,72
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	001744	Гуляш из говядины	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50	67,69
4	001602	Кускус припущенный Диета БМ	161	4,9	4,17	25,63	140	16,82
5	002241	Напиток абрикосовый	41,75	0,23	2,2	8,23	200	8,42
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	45,9	1,44	0,15	9,65	18	1,71
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	37,59	1,21	0,2	7,72	19	1,49
			603,72	29,95	24,66	67,97		166,27
			1 037,98	36,85	34,41	146,61	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
2	000296	Цикорий диета на кокосовом молоке	72,8	0,7	1,8	13,5	200	19,35
3	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
4	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
5	001258	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	100	4,60
			605,28	22,41	24,9	72,89		71,86
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	26,97
2	001300	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью п/ф	192,77	8,21	10,4	16,31	250/20/1	47,18
3	000233	Рыбные палочки из филе минтая	165,74	10,19	7,1	15,01	95	54,84
4	001316	Картофельные дольки запеченные	149,01	3,58	1,94	29,21	160	19,74
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,76	1,36	0,22	8,82	17	1,50
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34,44	1,14	0,19	7,06	17	1,44
			691,72	25,13	19,96	102,54		174,24
			1 297	47,54	44,86	175,43	Итого за день	246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Калькулятор _____

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник _____

(подпись)

Начальник отдела _____

(подпись)

Степонавичус В.Ю.