



Утверждаю:

АО Комитет школьного питания "Центральный"
Исикова О.А.

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 5 - 9 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Завтрак						
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	60	9,53
2	000279	Рыба припущенная (филе минтая, лук реп., масло под., соль)	105,07	14,63	5,08	0,41	75	62,36
3	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150	7,91
4	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	70,18	2,35	0,73	13,54	29	4,18
			515,18	22,25	15,56	75,27		107,70
Вторник								
		Завтрак						
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	12,24
2	002594	Шурпа "По-деревенски"	315,51	13,93	18,44	22,53	50/180	66,25
3	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,28
4	000089	Фрукт нектарин свежий	44	1,1	0,3	8,9	100	20,80
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21	3,13
			525,71	17,73	24,56	57,47		107,70
Среда								
		Завтрак						
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	7,68	0,34	0,06	1,59	50	6,37
2	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	36,21
3	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150	17,53
4	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродит" 20гр					1шт/20 гр	21,58
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,66	1,86	0,58	10,74	23	3,39
			508,58	16,35	18,55	67,45		107,70
Четверг								
		Завтрак						
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	48,83	1,13	3,12	3,94	60	5,24
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	56,94
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,64
4	003896	Напиток клюквенный	48	0,02		11,8	200	14,40
5	000074	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,71	0,6	14,7	150	22,82
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	55,44	1,76	0,29	11,44	22	2,66
			619,43	23,34	24,06	75,75		107,70
Пятница								
		Завтрак						
1	003635	Огурцы свежие с маслом	56,25	0,49	5,08	2,35	80	10,27
2	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	55,83
3	001587	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	150	20,18
4	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
5	000087	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	15,60
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19	2,29
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	2,62
			619,01	25,13	30,84	59,14		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

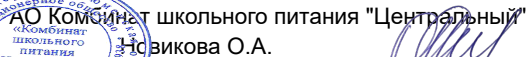
Технолог

(подпись)

Ракитина А. С.

Погребняк С. В.

(подпись)



на 5 - 6 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Исзикова О.А. _____

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 7 - 8 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
		Завтрак							
1	001088	Курица отварная	249,48	21,2	18,26		90		43,73
2	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		13,34
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200		0,91
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр ТМ Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,39
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	70,18	2,35	0,73	13,54	29		4,22
			471,59	27,57	20,89	42,51			101,80
		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/		31,48
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		74,83
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	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,91
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,92
			799,57	40,33	25,88	103,51			144,30
			1 271,16	67,9	46,77	146,02	Итого за день		246,10
Четверг									
		Завтрак							
1	002691	Котлета мясная "Белорусская"	182,27	10,1	11,23	10,2	90		42,10
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,29
3	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200		8,51
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	22,88
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,32	1,28	0,21	8,32	16		1,95
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	24	0,74	0,23	4,75	10		1,45
			576,8	18,07	17,83	85,6			82,18
		Обед							
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,66
2	003936	Суп-пюре из картофеля с гренками БМ	200,64	3,88	8,38	27,41	250/10		33,72
3	001681	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5		82,00
4	004018	Напиток "Вишенка"	44	0,08	0,02	10,88	200		11,20
5	000074	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,71	0,6	14,7	150	10%	22,82
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,52
			774,14	20,03	47,39	107,27			163,92
			1 350,94	38,1	65,22	192,87	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Диетолог _____

Основина О. С.

(подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Технолог _____

Погребняк С. В.

(подпись)



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Исикова О.А.

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ**на 9 - 10 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ**

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
		Завтрак							
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	без НДС	28,48
2	003528	Каша пшённая на кокосовом молоке	195,88	3,31	8,25	27,48	200/5		39,03
3	001591	Чай с шиповником	32,61	0,2	0,08	7,9	200		2,52
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	003844	Коктейль на овсяной основе с ароматом ванили 200мл					200		33,28
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,92
			449,09	15,62	18,39	55,24			121,44
		Обед							
1	003635	Огурцы свежие с маслом	42,19	0,37	3,81	1,76	60		7,70
2	003946	Рассольник "Ленинградский" с курицей и зеленью БМ	197,06	9,5	12,03	12,51	250/20/1		31,60
3	001343	Мясо свинины тушеное с овощами	170,55	9,97	12,71	3,47	40/50		37,07
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		17,53
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200		7,41
6	000104	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	19,99
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,56	2,24	0,36	14,56	28		3,36
			774,65	25,9	34,52	88,84			124,66
			1 223,74	41,52	52,91	144,08	Итого за день		246,10
Суббота									
		Завтрак							
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		41,67
2	000296	Кофейный напиток с цикорием на кокосовом молоке	71,5	0,85	1,83	12,99	200		27,65
3	000083	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	10%	31,20
4	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродие"т	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	10%	21,58
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,92
			457,62	18,67	21,24	46,15			125,02
		Обед							
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	60		9,53
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1		35,55
3	002698	Бигус со свиной	197,71	12,23	14,96	2,77	50/150		59,19
4	003892	Напиток смородиновый	44	0,04		11,2	200		14,40
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,41
			574,37	24,24	31,53	47,46			121,08
			1 031,99	42,91	52,77	93,61	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О. С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.