

МЕНЮ

на 16 - 20 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	У	В	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45	60,45
2	001365	Макаронные изделия отварные	254,2	6,71	4,89	45,84	150	16,79
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	18,25
5	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,71
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	1,99
			554,42	24,52	12,18	82,84		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	53,42
3	001873	Пюре картофельное	175,76	4,21	5,21	27,74	190	31,52
4	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
5	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,93
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21	2,56
			585,5	19,44	30,76	57,15		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	29,52
2	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
3	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	16,41
4	002232	Сэндвич с вареной сгущенкой	202,5	3,3	6,8	31,5	60	33,23
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	2,04
6	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	46,8	2,88	1,58	5,31	45	19,10
			570,36	14,48	16,33	90,3		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	321,28	15,24	13,08	35,13	50/150	55,03
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
4	001741	Йогурт питьевой персик-манго	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	60,5	2,03	0,63	11,68	25	2,96
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,63
			594,78	21,62	23,77	73,84		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	95,14	5,38	4,11	9,13	17/14,5	22,14
2	003654	Запеканка из творога с абрикосовым джемом	347,64	23,2	14,32	30,18	150/15	84,05
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
			442,79	28,58	18,43	39,31		107,70

Шед-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Григорук О.М.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)

МЕНЮ

на 16 - 20 Февраля 2 026 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
3	002300	Котлета мясная "По-деревенски"	212,21	12,02	11,36	15,48	90	46,48
4	001329	Булгур припущенный	194,66	5,22	4,5	32,81	160	18,66
5	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,66
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48	1,58	0,26	9,84	24	2,30
			604,16	21,28	23,8	75,03		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	003431	Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	153,95	6,73	11,19	6,58	20/8,75/14,5	36,31
2	001720	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	210,45	6,98	8,7	24,9	230/2/5	43,55
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200	2,69
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	001510	Печенье Гюменочка витаминизированное 22гр в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,72
			540,2	19,22	24,16	57,31		107,70
Среда								
Завтрак								
1	003496	Напиток куриные хрустящие	190,2	8,4	10,68	15,12	84	53,44
2	003197	Овощное рагу	135,35	3,28	4,05	21,41	150	19,74
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	003397	Мармелад со вкусом "Голубика-смородина-апельсин"	54,36	0,3	1,32	10,32	1шт/12гр	9,75
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	68,04	2,16	0,35	14,04	27	2,89
6	000118	Изюм обогащенный "Растушка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,11
			556,53	17,48	18	81,16		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002701	Котлета из белой рыбки	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,58
2	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	003339	Блинчики	87,62	2,04	2,57	14,41	45	19,70
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,42
			567,37	20,54	24,17	66,59		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80	18,79
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	002078	Йогурт питьевой печеное яблоко	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,32	1,28	0,21	8,32	16	1,66
			551,88	21,14	21,26	71,85		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Гришук О.М.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.

Выход

MEHIO

на 16 - 17 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	16,69
2	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45	60,45
3	Рис припущенный	253,37	5,05	6,24	49,54	180	11,37
4	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
5	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21	3,87
		566,71	22,21	18,67	81,31		113,67
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	Суп-лапша с курицей и зеленью	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	28,48
3	Котлета мясная "По-деревенски"	212,21	12,02	11,36	15,48	90	46,48
4	Овощи тушеные	57,3	2,73	1,37	8,44	160	13,45
5	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200	19,14
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	60,5	2,03	0,63	11,68	25	2,94
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,65
		643,51	28,85	26,18	72,66		132,43
		1 210,22	51,06	44,85	153,97	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	22,14
2	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	210,45	6,98	8,7	24,9	230/2/5	43,55
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,80
		406,77	17,26	15,55	48,28		85,43
Обед							
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,91
2	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/0,5	35,75
3	Котлета рыбная "Ножная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	53,42
4	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
5	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
6	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	18,25
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
8	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	22	0,73	0,12	4,51	11	1,06
		707,09	25,28	34,1	72,73		160,67
		1 113,86	42,54	49,65	121,01	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(10,414,112)

Старший
калькулятор

(1999)

* Богомолова Е. Н.

Technologies

(подпис)

Погребняк С. В.

МЕНЮ

на 18 - 19 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Тост пшеничный с маслом сливочным	103,15	1,5	6,73	9,12	170,75	16,69
2	Запеканка из творога со сгущенным молоком	368,76	25,24	16,41	28,61	150/20	86,39
3	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
4	Йогурт питьевой персик-манго	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
		589,5	30,36	25,37	58,94		129,10
Обед							
1	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	8,31
2	Рассольник "Ленинградский"	175,78	6,33	11,04	12,28	250/10/10/1	29,78
3	Мясо тушеное в соусе "Гю-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	44,34
4	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180	6,37
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинка"	68,04	2,16	0,35	14,04	27	2,87
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,93
		842,34	27,99	34,99	102,15		117,00
		1 431,84	58,35	60,36	161,09	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	29,79
2	Чай чёрный	0,01				200	0,39
3	Печенье овсяное "Клюковка"	248,29	3,66	9,21	37,69	50	23,42
4	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,11
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,38
		561,62	15,08	19,03	82,17		75,09
Обед							
1	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80	18,79
2	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	42,52
3	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	59,42
4	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
5	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	4,82
6	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
7	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	60,5	2,03	0,63	11,88	25	3,00
8	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,65
		799,9	31,2	34,38	88,79		171,01
		1 361,52	46,28	53,41	170,96	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е. П.

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)

МЕНЮ

на 20 - 21 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	16,69
2	Макароны в томатном соусе	279,31	6,87	6,39	48,21	170	14,41
3	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
4	Йогурт питьевой печеное яблоко	118,4	4,48	4	17,6	2шт/80 мл	42,43
		543,79	12,94	17,21	85,11		78,14
Обед							
1	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
2	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200	71,11
3	Котлета из белой рыбы	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,58
4	Рис припущенный с овощами	205,41	3,81	5,46	35,15	150	12,56
5	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
6	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	18,25
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
8	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	33,6	1,04	0,32	6,65	14	1,78
		921,42	35,06	44,21	93,92		167,96
		1 465,21	48	61,42	179,03	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	16,74
2	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	44,45
3	Цикорий с молоком	94,2	3,72	3	12,18	200	18,87
4	Снежок м.д.ж. 2,5%	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	17,47
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22	2,65
		523,99	25,96	28,43	39,95		100,18
Обед							
1	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
2	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	41,10
3	Гуляш мясной	168,4	9,89	12,58	3,34	40/50	44,50
4	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150	12,61
5	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл	20,74
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	72	2,22	0,69	14,25	30	3,68
		583,38	26,55	21,01	71,04		145,92
		1 107,37	52,51	49,44	110,99	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богомолова Е.Н.

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)