



Утверждаю:

Директор школы питания "Центральный"
Ионова О.А.

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 28 Сентября - 2 Октября 2016 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	12,6	0,61	0,14	1,88		10,86
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	321,28	15,24	13,08	35,13	50/150	61,95
3	003901	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,28
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	003395	Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"	34,8	0,24	1,44	5,64	1шт/12гр	10,27
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	60,5	2,03	0,63	11,68	25	3,68
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	2,45
			536,57	20,04	15,93	76,95		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	003298	Огурцы свежие	9	0,39	0,07	1,88	60	7,34
2	003701	Нагетсы куриные хрустящие	181,95	8,03	10,23	14,45	3 шт/26 гр	50,85
3	001366	Макаронные изделия отварные (рожки)	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
4	003895	Напиток вишневый	42	0,04		10,4	200	14,40
5	003890	Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	46,8	2,88	1,58	5,27	45	19,90
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,03
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	2,01
			610,79	20,53	17,18	93,65		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	10,79
2	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	20,67
3	001721	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным	216,97	7,45	9,46	24,46	230/2/5	42,40
4	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
5	001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	67,76	2,27	0,7	13,08	28	4,11
			531,91	18,38	23,58	61,25		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	48,83	1,13	3,12	3,94	60	5,24
2	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	56,20
3	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	23,91
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
5	000087	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	15,60
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	80,64	2,56	0,42	16,64	32	3,81
			597,66	20,03	25,3	71,91		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003640	Помидоры свежие с маслом	53,76	0,57	4,8	1,76	70	11,12
2	002875	Плов ароматный с мясом	413	19,62	18,64	45,08	60/190	63,85
3	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,17
4	001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,92
			666,26	25,59	26,24	85,5		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О. М.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



Утверждаю:

О.А. Завикова



МЕНЮ

на 28 Сентября - 2 Октября 2026 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	210,17	6,3	8,07	27,67	220/5	27,49
2	001359	Кофейный напиток с цикорием и молоком	95,1	3,91	3,03	12,17	200	17,66
3	003971	Блинчик треугольный со сгущенкой	200,42	4,72	9,88	24,01	50/15	32,38
4	003395	Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"	34,8	0,24	1,44	5,64	1шт/12гр	10,27
5	003890	Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	46,8	2,88	1,58	5,27	45	19,90
			587,29	18,05	24	74,76		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001408	Салат "Витаминный" из свежей капусты	32,63	0,1	3,01	1,27	60	5,24
2	002024	Минтай тушеный в томате с овощами	110,52	10,34	5,66	4,63	100	48,21
3	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	23,91
4	003420	Печенье "Карамелька"	223,69	4,28	5,13	40,1	55	15,64
5	000322	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42	0,13	0,1	10,13	200	10,13
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36	1,19	0,2	7,38	18	2,15
			634	20,96	18,47	95,81		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	003513	Фрикасса из филе куриного	160,79	13,62	9,88	4,2	45/45	64,86
3	001189	Рис припущенный с овощами	188,02	3,89	4,77	35,83	150	15,24
4	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	2,00
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36	1,19	0,2	7,38	18	2,13
			497,96	20,94	15,75	71,03		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	10,79
2	002690	Котлета мясная "Белорусская"	182,27	10,1	11,23	10,2	90	42,10
3	001366	Макаронные изделия отварные (рожки)	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
4	003896	Напиток клюквенный	48	0,02		11,8	200	14,40
5	001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	77,55	2,9	1,12	13,46	33	8,02
			687,32	22,07	26,49	90,24		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003920	Запеканка из творога	307,82	22,75	12,86	23,85	150	67,96
2	002807	Молоко сгущенное с сахаром	79,2	1,68	2,04	13,44	24	12,92
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,50
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	002909	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	9,01
			541,49	27,7	17,07	64		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Старший
калькуляторГрицюк О. М.
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.
(подпись)



Утверждаю:

Исикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 28 - 29 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	210,17	6,3	8,07	27,67	220/5	27,49
2	001359	Кофейный напиток с цикорием и молоком	95,1	3,91	3,03	12,17	200	17,66
3	003971	Блинчик треугольник со сгущенкой	200,42	4,72	9,88	24,01	50/15	32,38
4	003395	Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"	34,8	0,24	1,44	5,64	1шт/12гр	10,27
5	003890	Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	46,8	2,88	1,58	5,27	45	19,90
			587,29	18,05	24	74,76		107,70
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	001306	Нажный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	214,43	8,79	8,67	24,29	250/10	44,70
3	002809	Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	237,2	12,32	16,72	9,36	90	46,00
4	001365	Макаронные изделия отварные	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
5	001390	Напиток клубнично-яблочный	43,5	0,15	0,1	10,16	200	9,28
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	29,04	0,97	0,3	5,6	12	1,79
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,90
			882,37	31,28	31,61	116,43		138,40
			1 469,66	49,33	55,61	191,19	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	003417	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	12,97
2	003307	Жаркое "По-домашнему" с мясом птицы	198,36	16,38	5,39	21,02	40/160	60,29
3	001361	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	91,7	4,32	3,45	9,98	200	22,82
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
			503,43	27,42	18,42	56,06		114,93
Обед								
1	001408	Салат "Витаминный" из свежей капусты	32,63	0,1	3,01	1,27	60	5,24
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	45,65
3	002690	Котлета мясная "Белорусская"	182,27	10,1	11,23	10,2	90	42,10
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,29
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	5,50
6	001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	54	2,11	0,35	13,12	32	3,75
			790,28	32,12	28,9	100,6		131,17
			1 293,71	59,54	47,32	156,66	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Технолог

(подпись)

Богданова Е. Н.

Погребняк С. В.



Утверждаю:

Новикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 30 Сентября - 1 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед

Выход

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Угле	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	10,79
2	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	20,67
3	001721	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным	216,97	7,45	9,46	24,46	230/2/5	42,40
4	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
5	001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	118,4	4,48	4	17,6	2шт/80 мл	42,43
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,92
			552,05	19,87	25,34	61,58		120,12
Обед								
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	60	9,53
2	002011	Суп-лапша с курицей и зеленью *	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,88
3	001599	Запеканка картофельная с минтаем	243,92	16	5,94	31,43	210	75,50
4	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	62,92	2,11	0,65	12,14	26	3,75
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			697,67	31,12	23,31	89,63		125,98
			1 249,72	50,99	48,65	151,21	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	003415	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	12,92
2	003908	Суп молочный с крупой ячневой	145,68	5,82	5,16	17,7	200	21,27
3	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000219	Джем Груша и банан Махеев	40,8			10,2	15	7,81
6	003332	Оладьи мини	122,02	3,02	3,32	20,02	2/20	26,24
7	003890	Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	46,8	2,88	1,58	5,27	45	19,90
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			589,16	15,27	17,69	90,34		114,77
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	002891	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	187,78	7,81	11,42	13,52	250/20/10/	55,39
3	001745	Гуляш мясной	168,4	9,89	12,58	3,34	40/50	36,37
4	001366	Макаронные изделия отварные (рожки)	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
5	003896	Напиток клюквенный	48	0,02		11,8	200	14,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	69,6	2,15	0,67	13,78	29	4,23
			787,38	28,57	29,89	100,56		131,33
			1 376,54	43,84	47,58	190,9	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Богомолова Е. Н.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.



Утверждаю:

Директор АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Иванова О.А.Согласовано:
Директор

МЕНЮ

на 2 - 3 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	003920	Запеканка из творога	307,82	22,75	12,86	23,85	150	67,96
2	002807	Молоко сгущенное с сахаром	79,2	1,68	2,04	13,44	24	12,92
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,60
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	002909	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	9,01
			541,49	27,7	17,07	64		107,70
Обед								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,66
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	164,75	6,53	11,34	8,71	250/15/10/1	28,60
3	002701	Котлета из белой рыбы	249,22	13,29	18,98	6,31	90	53,50
4	003626	Рис припущенный с овощами	179,76	3,9	3,84	35,84	150	15,65
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
6	001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,41
			819,11	29,88	36,83	95,75		138,40
			1 360,6	57,58	53,9	159,75	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	003415	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	12,92
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	46,29
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
4	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	124,8	4,8	4	17,6	2шт/80 мл	34,94
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	2,37
			502,44	23,26	27,01	41,46		97,43
Обед								
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	60	9,53
2	003095	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1	29,74
3	003716	Печень "По-строгановски"	145,67	10,88	8,34	6,59	40/50	50,70
4	001873	Пюре картофельное	166,51	3,98	4,93	26,28	180	28,69
5	000322	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42	0,13	0,1	10,13	200	10,13
6	000087	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	15,60
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32	1,06	0,18	6,56	16	1,86
			720,62	25,91	28,87	87,8		148,67
			1 223,06	49,17	55,88	129,26	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)Старший
калькулятор
(подпись) Богомолова Е. Н.

Технолог

(подпись) Погребняк С. В.