



Утверждаю:

Директор
Лавасова И.Н.



Согласовано:

(подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным диета 9	167,8	6,1	7,6	17,75	200/2/5	33,46
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200	22,08
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	98,54	3,04	0,94	19,5	41	4,27
			516,21	23,38	21,25	54,85		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 свиной	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"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	58,62	1,81	0,56	11,6	24	2,53
			458,14	19,14	16,59	56,67		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
2	001955	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	64,65
3	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,04
4	000385	Кефир	90	5,4	4,5	7,02	180	18,16
5	002236	Напиток яблочно-вишнёвый без сахара	11,4	0,14	0,11	2,3	200	5,91
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	77	2,41	0,25	16,19	31	2,87
			656,27	25,33	26,97	77,34		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001770	Рыба припущенная (минтай)	99,65	21,92	1,1	0,49	90	65,93
2	001873	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145	21,03
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	58,8	1,97	0,61	11,35	24	2,59
			322,98	27,74	5,84	39		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9,75	0,42	0,07	2,03	65	17,88
2	002335	Филе куриное тушеное БГ	121,3	11,46	5,74	5,76	50/45	48,35
3	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	000308	Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко) диета 9	10,5	0,13	0,1	2,25	200	8,08
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	55,46	1,74	0,18	11,66	22	2,06
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
			339,67	18,17	8,01	47,91		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Калькулятор

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела

(подпись)

Стопанавичус В.Ю.



Утверждаю:

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



Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 2 - 3 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным диета 9	167,8	6,1	7,6	17,75	200/2/5	33,46
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	001001	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	94,38	2,91	0,9	18,68	39	4,09
			474,24	20,11	18,95	54,82		94,56
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250	41,01
3	000291	Печень "По-строгановски" диета БГ Диета 9	156,15	15,95	6,41	8,28	60/40	52,58
4	001328	Полба припущенная	226,65	6,56	5,26	38,34	165	22,30
5	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
			673,08	30,7	23,89	82,6		151,54
			1 147,32	50,81	42,84	137,42	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	001991	Каша молочная геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	174,24	6,49	8,24	17,53	200/2/5	34,21
2	000960	Кефир	50	3	2,5	3,9	100	10,09
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
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
			322,65	12,57	11,46	41,33		48,49
Обед								
1	001422	Капуста морская Нори Original 3гр	16,5	0,44	1,34	0,69	3	52,00
2	001005	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью	139,76	4,96	7,47	12,97	250/10/10/1	39,76
3	001614	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	46,89
4	000337	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
5	002323	Напиток из ягод Вишенка без сахара	8,75	0,2	0,13	1,75	200	7,60
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,45	1,67	0,27	10,82	21	1,84
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,73	1,63	0,51	10,44	22	2,28
			572,61	20,22	18,09	81,89		197,61
			895,26	32,79	29,55	123,22	Итого за день	246,10

Шеф-повар

И.Н. Гарасова
(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

И.Н. Гарасова
(подпись)

Начальник отдела

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:
 Директор школьного питания "Центральный"
 Тарасова И.Н. *И.Н. Тарасова*



Согласовано:
 Директор
 (подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	273,91	27,18	11,69	13,58	160	77,79
2	000297	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200	15,96
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
4	000018	Хлеб пшеничный Подовый	87,77	2,75	0,29	18,46	35	3,26
			469,78	34,12	15,33	46,04		111,57
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	158,32	7,65	10,39	8,5	250/20/1	42,32
3	001599	Запеканка картофельная с минтаем	243,91	16	5,95	31,43	210	62,01
4	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,95
			549,69	27,99	17,3	70,15		134,53
			1 019,47	62,11	32,63	116,19	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	300,92	14,48	12,58	31,97	40/150	46,01
2	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
3	000086	Фрукт груша свежая	77,55	0,66	0,5	17	165	46,12
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	1,81
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	46,55	1,74	0,67	8,08	20	2,91
			468,55	18,32	14,19	65,2		99,43
Обед								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1	33,87
3	002335	Филе куриное тушеное БГ	121,3	11,46	5,74	5,76	50/45	48,35
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	002325	Напиток Рябинка без сахара	13	0,28	0,08	0,8	200	7,04
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
			575,24	28,07	22,8	61,67		146,67
			1 043,79	46,39	36,99	126,87	Итого за день	246,10

Шеф-повар _____
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Калькулятор *Ракитина А.С.*
 (подпись) Ракитина А.С.

Начальник отдела *Степановичус В.Ю.*
 (подпись) Степановичус В.Ю.



Утверждаю:
 Директор
 Карасова И.Н. _____



Согласовано:
 Директор

 (подпись)

МЕНЮ

на 6 - 7 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	001850	Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	173,37	6,46	8,23	17,34	200/2/5	30,94
3	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150	15,67
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	97,87	3,07	0,32	20,58	39	3,63
			390,76	15,55	15,56	45,89		62,50
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	001207	Гуляш из говядины диета БГ Диета 9	198,45	15,05	14,19	2,6	50/40	84,00
4	001329	Булгур припущенный	182,5	4,9	4,23	30,76	150	18,57
5	002351	Напиток абрикосовый без сахара	9,75	0,23	2,2	0,23	200	7,40
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,62
			628,96	33,06	26,91	65,89		183,60
			1 019,72	48,61	42,47	111,78	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5	49,52
2	000294	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200	14,07
3	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,98	2,25	0,37	14,65	28	2,49
4	001429	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,62
			468,29	22,44	23,11	41,61		93,70
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	26,97
2	001186	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью БГ, БМ Диета 9	180,68	5,11	8,03	21,85	250/10/1	40,23
3	000233	Рыбные палочки из филе минтая	165,74	10,19	7,1	15,01	95	54,84
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150	18,51
5	001960	Напиток яблочный со смородиной диета 9	10	0,13	0,1	2,13	200	8,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,68
			601,51	22,36	17,64	88,1		152,40
			1 069,8	44,8	40,75	129,71	Итого за день	246,10

Шеф-повар

 (подпись)

Мед. работник

 (подпись)

Калькулятор

 (подпись)

Ракитина А.С.

Начальник отдела

 (подпись)

Степановичус В.Ю.