



Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 5 - 9 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-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	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160	9,44
4	003933	Чай "Ягодка" Диета сахарный диабет	3,71	0,1	0,04	0,73	200	7,58
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	60	1,85	0,58	11,88	25	3,58
			469,23	22,71	16,18	57,07		107,70
Вторник								
		Завтрак						
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	17,05
2	002594	Шурпа "По-деревенски"	305,17	13,47	17,83	21,79	40/180	57,95
3	000307	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,58
4	000961	Ряженка	91,8	5,4	4,5	7,56	180	23,38
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	79,2	2,44	0,76	15,68	33	4,74
			558,2	25,74	26,96	52,76		107,70
Среда								
		Завтрак						
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	10,18
2	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,85	12,12	14,86	2,82	50/40	45,28
3	001873	Пюре картофельное	148,01	3,54	4,38	23,36	160	25,51
4	003932	Напиток из абрикоса сушеного без сахара	61	1,25	0,1	13,25	200	6,48
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	2,42
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	2,62
			549,48	20,63	20,67	68,27		107,70
Четверг								
		Завтрак						
1	003934	Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим Диета сахарный диабет	58,21	1,36	4,15	3,76	80	7,05
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	56,94
3	003627	Гречка отварная рассыпчатая	203,31	6,29	5,07	32,71	160	10,18
4	000302	Напиток из яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	5,80
5	000074	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,71	0,6	14,7	150	22,82
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	2,12
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	45,6	1,41	0,44	9,03	19	2,79
			613,54	24,77	24,09	72,75		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	226,08	16,29	17,46		90	50,24
3	001315	Картофель отварной	162,18	3,35	4,52	26,93	160	26,89
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,45
5	000087	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	15,60
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	37,8	1,2	0,2	7,8	15	1,81
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,44
			569,12	23,29	27,93	55,18		107,70

Шеф-повар _____

(подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Технолог _____

(подпись)

Ракитина А. С.

Погребняк С. В.



Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		17,05
2	002810	Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет	186	7,94	3,45	29,74	200		16,43
3	001012	Какао-напиток молочный с 13 витаминами диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		19,66
4	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,92
			443,53	23,03	15,51	51,24			81,62
		Обед							
1	001122	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60		7,35
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		45,65
3	003939	Гуляш мясной БГ	169,25	9,82	12,58	3,57	40/50		36,72
4	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150		53,46
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,24
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,85
			545,5	30,97	19,64	60,22			164,48
			989,03	54	35,15	111,46	Итого за день		246,10
Вторник									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		17,05
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		46,29
3	001011	Кофейный напиток с цикорием и молоком диета 9	60,5	3,31	2,53	5,39	200		14,39
4	000961	Ряженка	91,8	5,4	4,5	7,56	180		23,38
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,42
			469,61	29,84	27	25,89			103,53
		Обед							
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	60		9,53
2	002309	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины и зеленью БГ, без сахара	171,95	6,7	11,53	9,84	250/20/10/1		34,57
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150		62,44
4	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,40
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,42
			606,59	23,96	31,78	53,96			142,57
			1 076,2	53,8	58,78	79,85	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Диетолог _____

Оснoвина О. С.

(подпись)

Мед. работник _____

(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 сахарный диабет 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	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150		53,46
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,45
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18		2,69
			421,3	31,35	19,24	30,01			115,54
Обед									
1	001498	Салат Витаминный из свежей капусты Диета 9	29,8	0,1	3,01	0,55	80		5,47
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	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		74,83
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,29
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		6,52
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,90
			654,81	34,97	27,99	65,17			130,56
			1 076,11	66,32	47,23	95,18	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		56,94
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	216,01	6,69	5,38	34,76	170		10,82
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	79,5	4,5	3,75	5,85	150		20,29
4	003933	Чай "Ягодка" Диета сахарный диабет	3,71	0,1	0,04	0,73	200		7,58
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23		3,30
			535,08	26,47	23,22	53,5			98,93
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60		9,31
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1		32,75
3	002090	Бедро куриное отварное	243,2	18,1	18,51		100		55,64
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		13,34
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		10,40
6	000074	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,71	0,6	14,7	150	10%	22,82
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,91
			603,03	30,29	32,67	44,54			147,17
			1 138,11	56,76	55,89	98,04	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"
Исзикова О.А. _____

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 9 - 10 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		17,05
2	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5		24,98
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
4	003938	Чай с шиповником Диета сахарный диабет	12,61	0,2	0,08	2,9	200		1,94
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,91
			432,05	18,72	16,99	50,46			88,07
		Обед							
1	003635	Огурцы свежие с маслом	42,19	0,37	3,81	1,76	60		7,70
2	003922	Рассольник "Ленинградский" с курицей, сметаной и зеленью	162,76	5,84	9,65	12,9	250/10/10/1		28,01
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,71	12,18	16,36	3,08	50/40		46,38
4	002096	Капуста цветная отварная	62,64	5,22	0,62	8,77	180		64,16
5	003932	Напиток из абрикоса сушеного без сахара	61	1,25	0,1	13,25	200		6,48
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,40
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,90
			638,7	27,94	31,26	59,66			158,03
			1 070,75	46,66	48,25	110,12	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		51,63
2	001011	Кофейный напиток с цикорием и молоком диета 9	60,5	3,31	2,53	5,39	200		14,39
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
4	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиет"	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		2,91
			529,22	27,54	28,12	40,66			116,49
		Обед							
1	003640	Помидоры свежие с маслом	61,44	0,65	5,48	2,01	80		12,71
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	003949	Бигус с мясом	273,18	15,13	18,68	10,28	50/150		59,19
4	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,40
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,76
			642,45	27,83	37,06	48,05			129,61
			1 171,67	55,37	65,18	88,71	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Диетолог _____

Основина О. С.

(подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Технолог _____

Погребняк С. В.

(подпись)