



Утверждаю:

Гарасова И.Н.



МЕНЮ

на 5 - 9 ноября 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой" п/ф	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	48,07
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Фрукт яблоко свежее	49,35	0,49	0,42	10,29	105	15,29
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	93,92	2,9	0,9	18,59	39	4,07
		456,63	15,77	16,2	60,39		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	36,03	0,86	2,55	2,07	50	8,62
2	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	59,52
3	Каша гречневая рассыпчатая Диета БМ	149,5	4,55	3,87	23,8	130	3,93
4	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
5	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	28,15
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	44,08	1,36	0,42	8,72	18	1,90
		572,81	18,71	20,78	75,5		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	128,58	19,49	5,42	0,44	80/5	59,43
2	Пюре картофельное Диета БМ	139	2,48	5,32	20,22	145	14,62
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	54,03	1,81	0,56	10,43	22	2,38
6	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1 шт/ 16,5 гр	16,08
		438,91	25,24	15,13	49,39		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Поджарка из мяса (свинина) п/ф	235,14	12,89	16,59	7,84	50/50	52,82
2	Овощи тушеные	66,31	3,18	1,56	9,73	180	18,19
3	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42	0,13	0,1	10,13	200	8,80
4	Хлеб пшеничный Подовый	48,19	1,51	0,16	10,14	19	1,79
5	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	37,59	1,21	0,2	7,72	19	1,50
6	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-чиа-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1 шт/30 гр	24,60
		535,43	20,96	21,94	61,49		107,70
Суббота							
Завтрак							
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	216,51	14	17,5	0,77	145	38,38
3	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием на кокосовом молоке	75,34	0,81	1,8	12,7	200	17,10
4	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1 шт/125мл	17,06
5	Хлеб пшеничный Подовый	70,81	2,22	0,23	14,89	28	2,63
		432,06	17,73	19,69	44,26		107,70

Шеф-повар

Бел

(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

Степанович В.Ю.

(подпись)

Начальник отдела

Степанович В.Ю.

Степанович В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:

Комбинат школьного питания "Центральный"
И.Н. Гарисова



МЕНЮ

на 5 - 9 ноября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	Жаркое "По-домашнему" со свиной п/ф" БГ	239,37	11,96	12,58	18,82	40/145	47,44
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	11,05
5	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,32	0,25	0,36	6,86	14	8,94
		382,45	13,71	15,68	45,63		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
2	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	43,26
3	Гречка отварная рассыпчатая	151,16	4,59	4,01	23,86	130	8,70
4	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
5	Йогурт печеное яблоко питьевой инд. уп.80г	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	Хлеб без глютена "Белый"	64,22	1,67	0,7	12,79	28	18,08
		482,27	20,51	15,21	65,83		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Рыба припущенная (минтай)	71,97	15,83	0,8	0,36	65	47,62
2	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	Хлеб без глютена "Белый"	42,97	1,12	0,47	8,56	19	12,09
6	Хлеб без глютена "Тёмный"	38,76	0,31	0,44	8,48	17	11,04
		339,45	21,05	6,22	49,09		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Поджарка из мяса (свинина п/ф) БГ	208,31	11,7	14,95	5,88	45/45	46,37
2	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
3	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42	0,13	0,1	10,13	200	8,80
4	Хлеб без глютена "Белый"	45,42	1,18	0,49	9,04	20	12,78
5	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-чиа-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	24,59
		457,19	17,7	20,17	49,09		107,70
Суббота							
Завтрак							
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Снежок м.д.ж. 2,5% 80гр	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	14,56
5	Хлеб без глютена "Белый"	50,29	1,31	0,54	10,01	22	14,16
		363,96	20,11	18,77	27,71		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

А.С.

(подпись)

Начальник отдела

Степанович В.Ю.

Степанович В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:
 Директор школьного питания "Центральный"
 Сарасова И.Н. *Miasell*



МЕНЮ

на 9 ноября 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена
Суббота							
Завтрак							
1	001250	Омлет запеченный натуральный	240,32	17,2	17,67	2,8	165
2	001011	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием и молоком диета 9	64,34	3,27	2,5	5,1	200
3	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20
4	001429	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1 шт/25 гр
			438,99	23,39	20,89	36,95	89,02
Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80
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
3	001999	Минтай запеченный	102,31	17,94	1,94	3,53	90
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150
5	001960	Напиток яблочный со смородиной диета 9	10	0,13	0,1	2,13	200
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	65,21	2,1	0,36	13,4	32
			556,89	29,63	12,74	80,59	157,08
			995,88	53,02	33,63	117,54	Итого за день 246,10

Шеф-повар *Зелф*
 (подпись)

Мед. работник *АВ*
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицюк О.М.*
 (подпись)

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



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



МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг								
Завтрак								
1	001264	Каша гречневая с тушеным мясом птицы	229,74	15,94	5,54	28,6	50/130	43,94
2	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	000086	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,93
			405,05	20	7,23	63,61		97,15
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	72,75	0,77	6,4	2,91	100	35,24
2	000317	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1	38,43
3	002079	Котлета по-домашнему с маслом сливочным	235,97	12,45	17,43	7,33	90/5	47,28
4	001347	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,65	160	16,17
5	002116	Напиток клубнично-яблочный Диета 9	11,5	0,15	0,1	2,16	200	6,37
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	57,21	1,91	0,59	11,04	24	2,52
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
			720,25	30,15	38,79	61,73		148,95
			1 125,3	50,15	46,02	125,34	Итого за день	246,10
Пятница								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	002061	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	168,55	6,08	7,59	17,92	200/2/5	33,46
3	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
4	001496	Кефир 80гр	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	14,56
5	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	73,68	2,37	0,4	15,14	36	2,95
			381,48	18,68	17,31	36,39		85,52
Обед								
1	001323	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	57,15
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	001213	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9	207,16	12,52	15,26	4,26	60/50	45,89
4	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,04
5	000310	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200	8,80
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	60,98	1,91	0,2	12,83	24	2,27
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	50,5	1,63	0,28	10,38	25	2,01
			657,17	31,8	26,44	70,95		160,58
			1 038,65	50,48	43,75	107,34	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
 (подпись)

Мед. работник

ЛВ
 (подпись)

Старший
 калькулятор

Грицюк
 Грицюк О.М.
 (подпись)

Начальник отдела

Степанавичус
 Степанавичус В.Ю.
 (подпись)



Утверждаю:
 Директор
 Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор



МЕНЮ

на 5 - 6 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник								
Завтрак								
1	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	167,53	6,31	7,09	19,39	200/5	20,87
2	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	000086	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
4	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
			345,84	10,05	8,23	57		72,68
Обед								
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	001289	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью п/ф	151	4,85	8,8	12,9	250/10/10/1	35,00
3	002001	Фрикассе из филе куриного	142,63	10,48	9,25	4,2	45/45	49,44
4	000337	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	216,98	1,27	4,3	43,27	155	48,81
5	000310	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200	8,80
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	53,09	1,66	0,17	11,17	21	1,97
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,5	1,53	0,47	9,8	21	2,15
			637,65	20,58	23,22	85,42		173,42
			983,49	30,63	31,45	142,42	Итого за день	246,10
Среда								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	103,77	2,54	5,82	10,06	160	77,79
3	000297	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200	15,96
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
			302,9	9,79	12,68	35,92		119,76
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,67	0,11	3,19	100	28,03
2	001292	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью п/ф	181,88	7,12	11,99	10,88	250/20/10/1	32,39
3	001599	Запеканка картофельная с минтаем	232,3	15,24	5,66	29,93	200	59,06
4	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,27	1,52	0,47	9,75	21	2,13
			566,98	26,61	18,51	73,06		126,34
			869,88	36,4	31,19	108,98	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

АВМ

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк

Грицюк О.М.

Начальник отдела

Степанавичус

Степанавичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:
 Директор школьного питания "Центральный"
 Лавасова И.Н. *Masell*

Согласовано:
 Директор *Грицук*

МЕНЮ

на 9 ноября 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Суббота								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	238,91	15,44	19,31	0,85	160	42,35
2	001056	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием на кокосовом молоке	75,34	0,81	1,8	12,7	200	17,10
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
4	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
5	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
6	001258	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	100	4,60
			669,75	23,93	26,41	82,14		86,92
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
2	002205	Лагман с мясом с зеленью п/ф	199,23	8,55	9,14	20,51	250/20/1	45,73
3	001999	Минтай запеченный	102,31	17,94	1,94	3,53	90	51,95
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150	18,51
5	000112	Сок мультифруктовый восстановленный для детей ТМ Сады придонья 2л	90			22	200	17,91
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,9	1,32	0,22	8,4	20	1,63
			634,53	33,27	13,38	94,92		159,18
			1 304,28	57,2	39,79	177,06	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зуф
 (подпись)

Мед. работник

АВн
 (подпись)

Старший
 калькулятор

Грицук
 Грицук О.М.
 (подпись)

Начальник отдела

Степанавичус
 Степанавичус В.Ю.
 (подпись)





Утверждаю:

Гварасова И.Н. *Masell*



МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтракобед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг								
Завтрак								
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	52,79
2	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	000105	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	34,31	1,28	0,5	5,96	15	2,15
6	000046	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,02
			639,94	20,39	24,1	85,3		100,44
Обед								
1	001391	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец сладкий) с маслом и зеленью	64,78	0,9	5,2	3,29	100/1	48,72
2	001288	Суп-лапша с курицей и зеленью	237,58	10,7	12,21	20,93	250/20/1	28,05
3	002073	Котлета по-домашнему	202,87	12,4	13,8	7,26	90	41,12
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	001390	Напиток клубнично-яблочный	43,5	0,15	0,1	10,16	200	7,39
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,11	1,84	0,71	8,53	21	3,09
			701,5	30,26	33,82	67,62		145,66
			1 341,44	50,65	57,92	152,92	Итого за день	246,10
Пятница								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	002208	Каша на рисовом молоке из 5 злаков с клубникой и яблоком	178,25	2,03	7,98	24,51	200/2/5	35,44
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	63	1,98	0,21	13,25	25	2,34
			514,44	12,15	13,8	84,25		98,63
Обед								
1	001323	Томаты Черри свежие	12,6	0,62	0,14	1,88	70	50,00
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	002102	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50	39,10
4	001666	Каша гречневая рассыпчатая Диета БМ	184	5,6	4,77	29,29	160	4,84
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	15,44
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	63	1,98	0,21	13,25	25	2,34
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	33,33	1,07	0,18	6,85	17	1,33
			700,45	29	23,69	91,44		147,47
			1 214,89	41,15	37,49	175,69	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зенф

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицок

(подпись)

Грицок О.М.

Начальник отдела

Степонавичус

(подпись)

Степонавичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н. *Marsell*

Согласовано:
Директор



МЕНЮ

на 5 - 6 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена
Вторник							
Завтрак							
1	000265	Каша пшённая на рисовом молоке с маслом подсолнечным	188,75	2,73	8,03	26,63	22,70
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	3,09
3	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	17,06
4	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	44,16
5	000018	Хлеб пшеничный Подовый	42,84	1,34	0,14	9,01	1,59
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	6,44
7	001258	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	4,60
			755,08	12,76	13,91	143,79	99,64
Обед							
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	27,25
2	001221	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БМ	198,01	8,12	10,53	17,77	49,65
3	001614	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	102,72	11,21	4,68	3,71	48,07
4	001612	Макаронные изделия отварные (улитки) БМ	269,54	6,66	6,47	45,76	8,75
5	000164	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	9,82
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	42,81	1,34	0,14	9	1,59
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	30,55	0,94	0,29	6,05	1,33
			700,08	29,06	22,34	94,37	146,46
			1 455,16	41,82	36,25	238,16	246,10
Среда							
Завтрак							
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	39,70
2	000800	Напиток кокосовый с какао с вит С	77,4	1,45	3,54	10,1	30,68
3	000086	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	47,52
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63	2	0,33	13	2,21
5	000049	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	16,07
			514,57	19,6	25,92	49,91	136,18
Обед							
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	10,74	0,47	0,08	2,23	19,62
2	001875	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, с зеленью БМ п/ф	169,98	6,85	10,99	10,49	29,66
3	001771	Запеканка картофельная с рыбой БМ	199,2	15,19	2,04	29,86	52,91
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	3,73
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63	2	0,33	13	2,21
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	41,31	1,27	0,4	8,18	1,79
			546,01	26,24	13,86	78,67	109,92
			1 060,58	45,84	39,78	128,58	246,10

Шеф-повар

Зиц
(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

Начальник отдела

Степонавичус В.Ю.
(подпись)



Утверждаю:

Комитет школьного питания "Центральный"
Сарасова И.Н. *И.Н. Сарасова*



МЕНЮ

на 9 ноября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Суббота								
Завтрак								
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	000023	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	11,05
5	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
			457,92	19,18	22,01	45,48		82,75
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	16,18
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	39,49
3	001770	Рыба припущенная (минтай)	77,5	17,05	0,86	0,38	70	51,28
4	001318	Картофельные дольки запеченные	130,38	3,14	1,7	25,56	140	17,27
5	000112	Сок мультифруктовый восстановленный для детей ТМ Сады придонья 2л	90			22	200	17,91
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	11,05
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	35,67	0,28	0,41	7,81	16	10,17
			562,5	26,99	11,5	87,3		163,35
			1 020,42	46,17	33,51	132,78	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зей

(подпись)

Мед. работник

И.Н.

(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк

(подпись)

Грицюк О.М.

Начальник отдела

Степанавичус

(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

Тарасова И.Н. *И.Н. Тарасова*



Согласовано:

Директор *Грицюк О.М.*

МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг								
Завтрак								
1	002150	Плов с мясом (свинина) п/ф БГ	368,8	15,69	16,86	39,31	50/150	49,95
2	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
4	000117	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,76
			461,81	19,77	18,94	53,82		80,34
Обед								
1	001391	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец сладкий) с маслом и зеленью	42,11	0,59	3,38	2,14	65	31,67
2	000317	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1	38,44
3	001619	Поджарка из мяса (свинина) Диета БГ	209,99	11,78	14,96	6,14	45/45	45,67
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	001390	Напиток клубнично-яблочный	43,5	0,15	0,1	10,16	200	7,39
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	50,62	0,4	0,58	11,08	22	14,43
			684,56	27,06	33,02	68,31		165,76
			1 146,37	46,83	51,96	122,13	Итого за день	246,10
Пятница								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	15,98
3	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	24,77
4	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	002078	Йогурт печеное яблоко питьевой инд. уп.80г	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,01
			429,38	13,22	20,75	47,5		86,40
Обед								
1	001323	Томаты Черри свежие	11,7	0,57	0,13	1,75	65	46,43
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	002153	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф БГ	173,28	10,11	12,59	4,4	40/50	38,35
4	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,04
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	44,97	0,36	0,51	9,84	20	12,83
			630,93	27,18	24,24	74,73		159,70
			1 060,31	40,4	44,99	122,23	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зеленый
(подпись)

Старший калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

А.В.
(подпись)

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.
(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

Школьного питания "Центральный"
Ларасова И.Н. *И.Н. Ларасова*



МЕНЮ

на 5 - 6 Ноября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник								
Завтрак								
1	001723	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5	23,05
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	11,71
			317,35	10,19	10,32	45,6		56,15
Обед								
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	001821	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БГ, БМ	162,91	5,12	7,96	17,77	250/10/1	34,90
3	001326	Фрикассе из филе куриного	137,15	10,33	9,24	3,01	45/45	50,15
4	000337	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	195,98	1,15	3,88	39,09	140	44,09
5	000164	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	11,70
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	42,25	0,33	0,48	9,25	19	12,04
			636,32	18,8	22,24	89,48		189,95
			953,67	28,99	32,56	135,08	Итого за день	246,10
Среда								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	54,05	1,4	0,59	10,76	23	15,21
5	000122	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/ 7гр	10,01
			263,65	4,87	14,49	28,17		109,74
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	001731	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью п/ф	141,86	4,34	8,86	10,88	250/10/10/1	24,88
3	001768	Запеканка картофельная с рыбой БГ	231,22	15,02	5,5	30,24	200	59,32
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,01
			538,94	21,92	15,49	77,76		136,36
			802,59	26,79	29,98	105,93	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зед

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк

(подпись)

Грицюк О.М.

Начальник отдела

Степонавичус

(подпись)

Степонавичус В.Ю.