

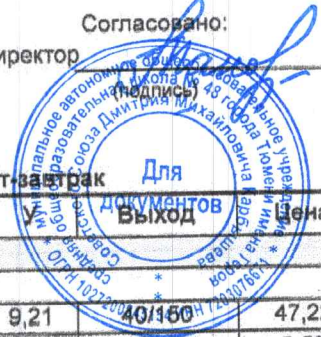


Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 16 - 20 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-вазрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеводы	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001333	Плов ароматный из булгура с мясом птицы	62,47	3,68	1,15	9,21	40/160	47,22
2	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
3	001001	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл					1шт/200	37,57
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,45	0,71	8,57	21	3,04
5	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр					1шт/20 гр	17,29
			114,21	5,19	1,87	17,99		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	000264	Каша молочная пшённая с маслом сливочным без сахара	184,3	6,93	7,96	20,46	200/5	22,96
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200	20,18
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	50,31
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	76,8	2,45	0,75	14,01	30	3,21
			486,34	17,56	17,5	62,27		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	001517	Хрустящая редька 15 гр. ТМ Зеленика	68,55	0,54	2,01	12,08	15	34,62
3	002101	Шурпа по-домашнему п/ф	68,97	3,05	4,03	4,93	40/160	54,96
4	000307	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,32	1,28	0,21	8,32	16	1,43
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	35,25	1,04	0,51	6,12	15	2,20
			287,32	7,91	10,23	40,64		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90	52,36
2	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,05
3	002323	Напиток из ягод Вишенка без сахара	8,75	0,2	0,13	1,75	200	7,60
4	000094	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	2шт/80гр	35,05
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	64	2,04	0,63	11,68	25	2,64
			441,73	19,87	17,13	49,69		107,70
Пятница								
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	277,62	20,93	16,13	12,17	155	75,36
3	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
4	000028	Хлеб пшеничный тостовый	75,88	2,32	0,66	14,7	28	2,79
5	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр					1шт/20 гр	17,29
			396,52	24,77	20,05	28,54		107,70

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк
(подпись)

Грицюк О.М.

Начальник отдела
безопасности

Степанавичус
(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

И.Н. Карасова *Карасова*

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 21 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Суббота								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
3	000960	Кефир	70	4,2	3,5	5,46	140	14,13
4	000294	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200	14,07
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	44	1,45	0,24	9,02	22	1,84
			459,08	26,75	22,72	35,47		107,70

Шеф-повар

Зейф
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

СЗ
(подпись)

Начальник отдела
безопасности

Степонавичус
(подпись)

Степонавичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *Miscell*

Директор



МЕНЮ

на 16 - 20 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	002082	Плов из филе куриного бг	49,14	2,71	1,1	7,35	45/150	43,20
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл					1шт/80 мл	14,30
4	000024	Печенье без глютена	178,5	3,5	5,5	29,2	50	34,78
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	12,33
			289,92	7,41	7,09	49,5		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	24,77
3	000960	Кефир	50	3	2,5	3,9	100	10,09
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	000086	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	12,71
			433,27	10,71	18,1	55,9		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001517	Хрустящая редька 15 гр. ТМ Зеленика	68,55	0,54	2,01	12,08	15	34,62
2	002101	Шурпа по-домашнему п/ф	68,97	3,05	4,03	4,93	40/160	54,96
3	000148	Напиток из шиповника	69,44	0,54	0,22	13,73	200	5,58
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	12,54
			250,85	5,27	6,74	39,48		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90	52,36
2	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,05
3	002242	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200	8,62
4	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	64,68	1,68	0,7	12,88	28	18,37
			495,61	20,95	19	60,19		107,70
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	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	268,66	20,25	15,61	11,78	150	72,93
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	50,82	1,32	0,55	10,12	22	14,00
5	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
			452,93	21,73	23,42	38,49		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк

Грицюк О.М.

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Начальник отдела
безопасности

Степанавичус

Степанавичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:
Гарасова И.Н. *Marsell*

Директор

Согласовано:



МЕНЮ

на 21 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Суббота								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	53,13	1,38	0,58	10,58	23	14,70
5	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
			332,82	20,6	18,38	20,58		107,70

Шеф-повар *Zeif*
(подпись)

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

Мед. работник *АВТ*
(подпись)

Начальник отдела безопасности *Степонавичус В.Ю.*
(подпись)



Утверждаю:

Ларасова И.Н. *Ларасова*

Директор

Согласовано:



МЕНЮ

на 16 - 20 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	86	22,01
2	001333	Плов ароматный из булгура с мясом птицы	78,08	4,6	1,43	11,51	50/150	54,41
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	65,8	1,93	0,95	11,42	28	4,16
5	000046	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,03
			302,07	8,91	8,72	45,09		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	000268	Каша рисовая с маслом подс. на рисовом молоке	199,52	1,73	7,12	32,84	200/5	24,42
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000080	Фрукт банан свежий	211,2	3,3	1,1	46,2	220	48,57
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	58,88	1,87	0,58	10,74	23	2,46
6	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр					1шт/20 гр	17,29
			532,41	11,98	13,4	90,06		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001517	Хрустящая редька 15 гр. ТМ Зеленика	68,55	0,54	2,01	12,08	15	34,62
2	002101	Шурпа по-домашнему п/ф	86,21	3,81	5,04	6,16	50/160	63,83
3	000148	Напиток из шиповника	69,44	0,54	0,22	13,73	200	5,58
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	37,8	1,2	0,2	7,8	15	1,37
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	37,6	1,1	0,54	6,53	16	2,30
			299,6	7,19	8,01	46,3		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90	52,36
2	001045	Гречка отварная БМ	222,75	6,44	6,73	33,66	165	5,79
3	002242	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200	8,62
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	92,16	2,93	0,9	16,81	36	3,80
			651,22	21,57	19,7	94,25		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002197	Поджарка из мяса (свинина) п/ф	162,11	9,89	11,96	3,13	60/30	61,40
2	001347	Овощи тушеные	21,9	0,49	1,06	2,47	150	15,16
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
4	000028	Хлеб пшеничный тостовый	51,49	1,58	0,45	9,98	19	1,91
5	000048	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-чиа-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	24,60
			383,6	14,08	16,88	41,47		107,70

Шеф-повар

Зач
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк
(подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник

АВ
(подпись)

Начальник отдела
безопасности

Степановичус
(подпись) Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гварасова И.Н. *И.Н. Гварасова*

Согласовано:
Директор *Грицюк О.М.*



МЕНЮ

на 21 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена	
Суббота								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
3	000296	Цикорий диета на кокосовом молоке	58,8	0,36	1,5	11	200	19,35
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	1,56
			389,54	17,45	20,4	33,11		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.

Грицюк О.М.

Мед. работник

В.Ю.

(подпись)

Начальник отдела
безопасности

В.Ю.

Степонавичус В.Ю.

(подпись)