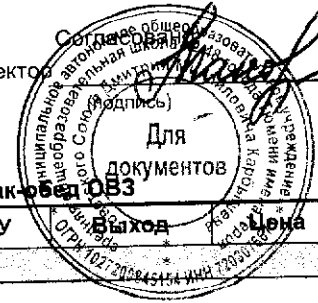




Утверждаю:

Комбинат школьного питания "Центральный"
Зарасова И.Н. *Marsell*

Директор



МЕНЮ

на 18 - 19 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	282,47	28,03	12,05	14,01	165	80,22
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
			440,97	33,82	15,66	38,41		112,51
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	72,75	0,77	6,4	2,91	100	35,24
2	002212	Ци из свежей капусты и картофеля с мясом,сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1	31,68
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	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	46,07	1,73	0,67	8	20	2,88
			607,41	26,46	24,58	69,04		133,59
			1 048,38	60,28	40,24	107,45	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	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	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,60
			469,63	18,08	13,81	67,12		97,89
Обед								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
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	002000	Поджарка из мяса (свинина) БГ	208,31	11,7	14,95	5,88	45/45	51,01
4	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	19,04
5	002354	Напиток фруктово-ягодная с брусникой без сахара	10,25	0,15	0,1	2,1	200	10,40
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	45,49	1,46	0,25	9,35	23	1,82
			705,96	28,66	31,6	75,45		148,21
			1 175,59	46,74	45,41	142,57	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Zerf
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

ABV
(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степонавичус В.Ю.
(подпись)



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Зарасова И.Н. *Mosell*

Директор



МЕНЮ

на 20 - 21 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая 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	000845	Каша кукурузная жидкая БГ	165,85	5,5	7,31	18,27	150	22,44
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	9,75
			349,12	10,8	13,11	45,64		80,78
Обед								
1	001499	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40	48,00
4	001330	Рис припущенный	177,16	3,19	3,59	32,19	130	13,18
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	32,87	0,26	0,37	7,19	14	9,37
			689,97	26,89	27,73	81,91		165,32
			1 039,09	37,69	40,84	127,55	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	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	000023	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	9,75
			437,44	19,11	25,59	32,39		80,15
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	001186	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью БГ, БМ Диета 9	180,68	5,11	8,03	21,85	250/20/1	40,23
3	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	114,18	17,61	4,73	0,56	90/5	58,56
4	001316	Картофельные дольки запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	17,89
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"	33,81	0,27	0,39	7,4	15	9,63
			563,81	28,04	15,58	77,94		165,95
			1 001,25	47,15	41,17	110,33	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Zerf
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

А.З.И.
(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степановичус В.Ю.
(подпись)



Утверждаю:

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

Директор



МЕНЮ

на 20 - 21 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленный "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	66,3	3,9	3,25	5,46	130	13,58
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
6	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,00
7	001429	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
			450,22	15,52	15,91	59,5		103,93
Обед								
1	001499	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	002154	Мясо свинины тушеное в соусе "По-венгерски" п/ф БГ	159,85	9,81	11,9	2,72	40/50	37,48
4	001328	Полба припущенная	206,04	5,96	4,79	34,86	150	20,27
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
6	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,00
7	000020	Хлеб ржаной "Московский"	35,85	1,4	0,25	6,98	19	1,67
			660,25	28,87	25,8	77,87		142,17
			1 110,47	44,39	41,71	137,37	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

Зеленая

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВН

(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степанавичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Арасова И.Н. *И.Н. Арасова*



МЕНЮ

на 16 - 17 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак **Обед** **Обед**

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000036	Сыр плавленный "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5	22,16
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	001001	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	76,26	2,42	0,39	15,74	30	2,67
			409,31	16,36	17,44	46,46		72,42
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,67	0,11	3,19	100	28,03
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250	41,01
3	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	300,92	14,48	12,58	31,97	40/150	46,01
4	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
5	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	50,31
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
			631,95	23,73	20,55	86,01		173,68
			1 041,26	40,09	37,99	132,47	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	000961	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150	15,67
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	2,72
			295,15	13,73	12,55	30,93		53,96
Обед								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	001289	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью п/ф	151,66	4,91	8,84	12,9	250/10/10/1	35,00
3	002001	Фрикассе из филе куриного	142,63	10,48	9,25	4,2	45/45	53,06
4	000337	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	230,98	1,35	4,58	46,07	165	51,96
5	002355	Напиток фруктово-ягодная с клюквой без сахара	10,5	0,13	0,08	2,43	200	10,40
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	49,32	1,55	0,16	10,37	20	1,83
7	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	43,91	2,71	0,55	7,02	20	2,71
			683,1	21,55	25,76	90,91		192,14
			978,25	35,28	38,31	121,84	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

Начальник отдела безопасности

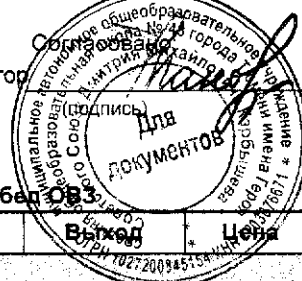
Степановичус В.Ю.
(подпись)



Утверждаю:

Комбинат школьного питания "Центральный"
Барасова И.Н. *И.Н. Барасова*

Директор



МЕНЮ

на 18 - 19 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
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	256,79	25,49	10,96	12,73	150	72,93
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	35,25	0,28	0,4	7,72	15	10,05
6	000122	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,00
			427,45	27,56	19,71	33,71		113,59
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	002212	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/	31,68
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"	34,07	0,89	0,37	6,79	15	9,59
			553,38	23,64	22,58	63,16		132,51
			980,83	51,2	42,29	96,87	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	354,88	14,51	15,52	40,17	45/150	53,50
2	000385	Кефир	7,5	0,45	0,38	0,59	150	1,51
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	9,75
5	000050	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 гр	16,08
			467,66	16,83	19,76	56,16		81,47
Обед								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	213,08	7,92	10,51	21,58	250/15/1	30,43
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	52,36
4	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	19,04
5	002344	Напиток фруктово-ягодная с брусникой	42,25	0,15	0,1	10,1	200	11,42
6	000074	Фрукт яблоко свежее	37,6	0,38	0,32	7,84	80	11,65
7	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,79	0,9	0,38	6,93	15	9,79
			491,2	13,41	14,94	74,88		164,63
			958,86	30,24	34,7	131,04	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Земля
(подпись)

Диетолог

О.С. Основина
(подпись)

Основина О.С.

Мед. работник

В.Ю. Степановичус
(подпись)

Начальник отдела безопасности

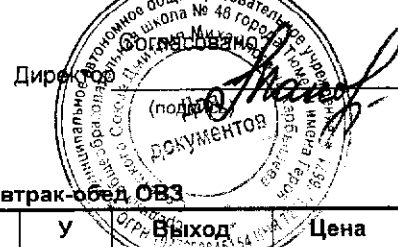
В.Ю. Степановичус
(подпись)

Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

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



МЕНЮ

на 16 - 17 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,75	1,47	3,26	1,47	1шт/16,25	9,71
3	001723	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5	23,05
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000083	Фрукт киви свежие	37,6	0,64	0,32	6,48	80	22,52
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	12,99
			388,84	10,22	19,19	41,6		79,86
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,67	0,11	3,19	100	28,03
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гречками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
3	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	300,92	14,48	12,58	31,97	40/150	46,01
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	43,72	0,35	0,5	9,57	19	12,46
			670,25	19,88	20,84	100,36		166,24
			1 059,09	30,1	40,03	141,96	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	24,77
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	001485	Ряженка м.д.ж. 2,5% апельсин 80гр	47,76	2,4	2	5,04	1шт/80 мл	15,29
4	000023	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,53
			390,03	10,65	14,86	53,07		61,95
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	001821	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БГ, БМ	174,91	7,52	10,41	12,88	250/20/1	47,82
3	002451	Фрикассе из филе куриного Диета БГ	143,48	10,42	9,25	4,43	45/45	53,39
4	000337	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	181,98	1,07	3,61	36,29	130	40,94
5	002343	Напиток фруктово-ягодная с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200	11,42
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,46	0,79	0,33	6,06	13	8,57
			585,33	20,45	23,77	72,59		184,15
			975,36	31,1	38,63	125,66	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зелу
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степонавичус В.Ю.
(подпись)



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Зарова И.Н. *И.Н. Зарова*

Директор



МЕНЮ

на 20 - 21 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед 283

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Единица	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	149,32	9,65	12,07	0,53	100	26,47
2	001242	Каша геркулесовая с клубникой на рисовом молоке	180,06	2,44	8,43	23,68	200/2/5	34,37
3	000006	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7	3,22
4	000094	Фрукт мандарин свежий	60,8	1,28	0,32	12	2шт/80гр	35,05
5	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,00
			465,77	15,09	21,29	52		101,11
Обед								
1	001499	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	002179	Мясо свинины тушеное в соусе "По-венгерски" п/ф	190,43	12,15	14,32	2,53	50/40	46,96
4	001604	Полба припущенная Диета БМ	188,87	5,12	5,33	30,15	130	13,05
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
6	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,00
7	000020	Хлеб ржаной "Московский"	26,19	1,02	0,18	5,1	14	1,21
			696	29,99	28,69	79,09		144,99
			1 161,77	45,08	49,98	131,09	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	218,67	14,13	17,68	0,78	146	38,76
2	000296	Цикорий диета на кокосовом молоке	72,8	0,7	1,8	13,5	200	19,35
3	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
5	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
6	001258	Блинчики безмолочные	167,31	4,5	3,78	28,76	80	3,67
			598,14	22,25	23,74	73,88		71,68
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	001300	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью п/ф	192,77	8,21	10,4	16,31	250/20/1	47,18
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86
4	001316	Картофельные дольки запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	17,89
5	000104	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,76
			592,36	35,5	18,61	70,55		174,42
			1 190,5	57,75	42,35	144,43	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

Начальник отдела безопасности

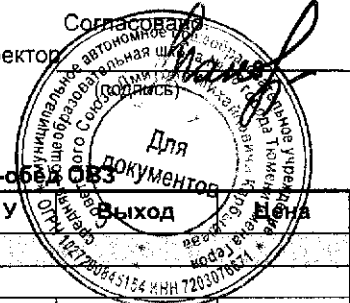
Степанавичус В.Ю.
(подпись)



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Брасова И.Н. *И.Н. Брасова*

Директор



МЕНЮ

на 18 - 19 Декабря 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
2	000800	Напиток кокосовый с какао с вит С	77,4	1,45	3,54	10,1	200	30,68
3	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	57,01	1,81	0,29	11,76	23	2,00
5	000048	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-чиа-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	24,60
			494,99	20,42	25,43	44,59		114,50
Обед								
1	000195	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с зеленью и маслом	61,11	0,76	5,15	2,81	100/1	34,04
2	001184	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины с зеленью диета БМ	169,98	6,85	10,99	10,49	250/20/1	31,98
3	001675	Запеканка картофельная с рыбой Диета БМ	231,83	15,95	4,66	31,36	210	56,02
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63	2	0,33	13	25	2,21
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	58,07	2,17	0,84	10,08	25	3,62
			645,77	28,19	21,99	82,65		131,60
			1 140,76	48,61	47,42	127,24	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	405,86	18,05	19,51	40,17	60/150	66,79
2	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
4	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
5	000047	Батончик фруктовый "Успел списать" (финики-кокос)	128,4	1,77	6,33	15,45	1шт/30 гр	24,02
			623,07	22,74	26,56	73,26		95,18
Обед								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	22,84
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	52,36
4	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	19,04
5	002344	Напиток фруктово-ягодная с брусникой	42,25	0,15	0,1	10,1	200	11,42
6	000074	Фрукт яблоко свежее	37,6	0,38	0,32	7,84	80	11,65
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
8	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	38,34	1,23	0,21	7,88	19	1,54
			460,27	11,46	16,53	77,14		150,92
			1 083,34	34,2	43,09	150,4	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основа
(подпись) Основина О.С.

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

Начальник отдела
безопасности

Степонавичус
(подпись) Степонавичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Ларсова И.Н. *И.Н. Ларсова*

Директор



МЕНЮ

на 16 - 17 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2/40гр	27,20
2	000265	Каша пшённная на рисовом молоке с маслом подсолнечным	188,75	2,73	8,03	26,63	200/5	22,70
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	50,31
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
			449,36	15,21	18,03	56,13		102,32
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,67	0,11	3,19	100	28,03
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
3	001493	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	281,82	13,84	12,26	28,6	40/130	45,13
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	33,75	1,26	0,49	5,86	14	2,11
			645,38	20,55	20,27	94,48		143,78
			1 094,74	35,76	38,3	150,61	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2/40гр	27,20
2	000268	Каша рисовая с маслом подс. на рисовом молоке	181,64	1,66	7,51	27,47	200/5	24,42
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000094	Фрукт мандарин свежий	36,1	0,76	0,19	7,13	95	20,81
5	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	2,73
6	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
7	001258	Блинчики безмолочные	167,31	4,5	3,78	28,76	80	3,68
			604,02	19,82	21,24	83,26		86,64
Обед								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	001221	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БМ	198,01	8,12	10,53	17,77	250/20/1	51,14
3	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	47,03
4	001611	Макаронные изделия отварные (рожки) БМ	267,94	6,66	6,47	45,76	150	8,75
5	002343	Напиток фруктово-ягодная с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200	11,42
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	33,67	2,08	0,42	5,38	15	2,07
			897,82	37,09	39,37	97,86		159,46
			1 501,84	56,91	60,61	181,12	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степанавичус В.Ю.
(подпись)